Rocznik IV Wrzesień—Grudzień 1923. Zeszyt 9—12

WYCHOWANIE FIZYCZNE

Czasopismo poświęcone higjenie szkolnej i wychowawczej, oraz kształceniu cielesnemu w domu, szkole, koszarach i stowarzyszeniach, organ Komisji Lekarskiej Tow. Przyjaciół Nauk, Rady Wychowania Fizycznego i Kultury Cielesnej, Polskiego Związku Sokolego, Kół Lekarzy Szkolnych, Związku Harcerstwa Polskiego i innych zrzeszeń

Redaktor naczelny: Prof. E. Piasecki, Poznań, Chełmońskiego 20, II.

„Wychowanie fizyczne“ (Education physique),
revue mensuelle consacrée à l'hygiène scolaire et à l'education physique, bulletin du Conseil Supérieur de l'Education physique à Varsovie et de plusieurs Associations, rédacteur en chef: Dr. E. Piasecki, professeur à l'Université de Poznań (Pologne), ul. Chełmońskiego 20, II.

Résumés des principaux articles et communiqués:

Dr. W. Gądzikiewicz (Poznań). **Investigation des livres d'école au point de vue d'hygiène.** (N-o 5—8, pp. 71—85). L'auteur rend compte d'une investigation minutieuse des qualités hygiéniques de 20 livres très répandus parmi les écoliers polonais de l'âge de 8—13 ans (écoles primaires, classes inférieures d'écoles secondaires) et reconnus par les autorités scolaires. Quant à la méthode d'investigation, le D-r G. déterminait la grosseur des traits des lettres au moyen d'un microscope à oculaire micrométrique, ou bien d'une règle à échelle 1/2 mm. et loupe. Il examinait, en outre, la transparence du papier (méthode Winkler), son épaisseur (a l'aide d'une vis

micrométrique), et sa couleur (comparaisom avec 5 échantillons-modèles).

Les résultats, réunis dans un tableau, montrent que, de tous les 20 livres examinés, aucun ne remplit même les conditions de la circulaire du Ministère de l'Instruction Publique (du 1. VI. 1920), que l'auteur considère, d'ailleurs, comme trop peu exigeantes. Le D-r. G. attribue cela, en ce qui concerne le papier, aux temps difficiles d'après la guerre. Mais, on pourra améliorer grandement l'état des choses, par un contrôle plus sévère, surtout des interlignes, de la longueur des collonnes, et d'autres détails de l'impression. L'auteur propose alors un examen hygiénique obligatoire de tous les manuels, comme condition formelle de leur admission à l'usage scolaire.

I. Congrès Polonais d'Hygiène scolaire et d'Education physique aura lieu les 25—27 juin, à Poznań. On discutera des rapports sur l'inspection médicale des écoles, l'alimentation d'écoliers, le surmenage scolaire, formation d'éducateurs physiques, les salles de gymnastique, plaines de jeux, etc., la rélation de la gymnastique, des jeux et des sports dans l'éducation physique scolaire, la collaboration de l'école et de l'armée dans le domaine de l'éducation physique, l'éducation physique de la jeunesse postscolaire, l'education physique dans l'armée. En outre, on fera nombreux communiqués, ainsi que des démonstrations d'exercices physiques de la jeunesse des deux sexes et d'âges divers. S'adresser, pour tout ce qui concerne le Congrès, à la rédaction de notre revue.

La statistiquo d'hygiène scolaire en Pologne se présente comme suit, d'après les données officielles reçues par le Service d'Hygiène du Ministère de l'Instruction Publique, pour l'année scolaire 1922—23:

Le Ministère a reçu 300 projets environ de bâtiments scolaires modèles. On bâtit 80 écoles primaires et quelques écoles secondaires et normales.

En 1922—23, 61% des écoles secondaires et 57% des écoles normales possédaient des médecins scolaires. Pour les écoles primaires, celles de Varsovie étaient inspectées par 30 médecins, Łódź — 22, Poznań — 19, Vilna — 11, Cracovie — 8, Białystok — 4, Léopol — 2, etc. Les écoles rurales et celles des petites villes étaient confiées aux médecins cantonaux.

Inspection dentaire existait dans 27% des écoles secondaires et dans 26% des écoles normales. Dans la partie centrale du pays, où cette organisation est plus ancienne, ce pourcentage s'éléve jusqu'à 67%.

Na fundusz wydawniczy „Wychowania Fizycznego" złożyli: Tow. Lek. Warsz. 25 500 000 mkp. (jako nagroda z Fundacji im G. Piramowicza), Firma Roman May 3 000 000 mkp., za które serdecznie dziękujemy.

Sekretarjat Redakcji w Poznaniu i Administracja: Studjum wychowania fizycznego, Poznań 3, Ogród Botaniczny.

Sekretarjat Redakcji w Warszawie: Sekcja wychowania fizycznego Tow. Naucz. Szkół Wyż., Bracka 18.

Skład główny: Książnica Pol. Tow. Naucz. Szkół wyż., Warszawa, Nowy Świat 59; dla Poznania księgarnia Uniwersytecka Fiszera i Majewskiego (ul. Gwarna 5).

Konto Pocztowej Kasy Oszczędności Nr. 200 822.

Warunki przedpłaty: rocznie 4 złp. (obliczonych według kursu franka złotego).

Składka założycielska 15 złp. Ogłoszenia: według umowy.

Rocznik IV Wrzesień—Grudzień 1923. Zeszyt 9—12

WYCHOWANIE FIZYCZNE

Czasopismo poświęcone higjenie szkolnej i wychowawczej, oraz kształceniu cielesnemu w domu, szkole, koszarach i stowarzyszeniach, organ Komisji Lekarskiej Tow. Przyjaciół Nauk, Rady Wychowania Fizycznego i Kultury Cielesnej, Polskiego Związku Sokolego, Kół Lekarzy Szkolnych, Związku Harcerstwa Polskiego i innych zrzeszeń

Redaktor naczelny: Prof. E. Piasecki, Poznań, Chełmońskiego 20, II.

Z przepisów Komisji Edukacji Narodowej

(w 150-tą rocznicę).

Higjena budynków szkolnych.

Izby, w których uczyć się dzieci będą, powinny być obszerne, wysokie, na miejscu suchem i wolnego powietrza, z kominem i piecem wygodnym, wesołe ile można, ozdobione malowaniem, mappami miast etc., zawsze w ochędóstwie trzymane, aby dzieci nie patrzały na szkołę jak na więzienie, lecz jak na miłe mieszkanie. Nauczyciel zaś swoją przyjemnością osłodzi naukę...

(Przepisy dla szkół parafialnych).

Higjęna nauczania.

W rzeźwości i wesołości utrzymywać, wiele pomaga co do zdrowia ciała i umysłu.

Nie mówić nigdy tego, czego z łatwością nie pojmą, ale tego uczyć, co pod zmysły podpada, a doświadczeniem więcej je oświecać jak słowy...

(Tamże).

Od nauk w tych szkołach (parafialnych) nigdy niema być oddzielona wprawa młodzi w pracę, wytrzymywanie niewygód i odmian powietrza. Przeto, jak najczęściej na otwartem polu zabawiać się mają, tam ćwiczenia sił odprawować, tam się jakiemi pożytecznemi robotami zabawiać, jakie być mogą i kopanie

ogrodów, tarcie drzewa, kręcenie powrozów, zgoła roboty podług pory czasu.

(Ustawy K. E N., rozdział XXII).

Nauczanie higjeny.

W klasie piątej... drugiego roku, także dla pierwszoletnich i drugoletnich, przypomniawszy wstęp do fizyki, będzie (nauczyciel fizyki)... wykładać naukę o zachowaniu zdrowia, wraz z wypisami do tego łacińskiemi...

(Tamże, rozdział XV).

Higjena domowa uczniów.

...Dyrektorowie będą mieli szczególne staranie około zdrowia dzieci sobie powierzonych, dając baczność na ich pokarm, wstrzemięźliwość, wygody i ochędóstwo... Dopilnują, aby uczniowie sami bieliznę, łóżko, szaty w całości i ochędóstwie trzymali... Codziennie izbę przewietrzać każą...

(Tamże, rozdz. XX).

Zapobieganie epidemjom w szkole.

Dyrektorowie donosić mają natychmiast (prefektowi), gdy który uczeń w chorobę popadnie. Zaraz za odebraną o chorobie ucznia wiadomością odwiedzać go będzie prefekt i obmyśli środki i sposoby wyzdrowienia.

(Tamże, rozdz. XIII).

Ćwiczenia cielesne.

Rektor, prorektor z prefektem i nauczycielami uczyni ułożenie, które dyrektorom podane będzie, aby każdego dnia szkolnego, czasy wyznaczone były na rozrywkę dla dzieci, a zwłaszcza po obiedzie i wieczorem, wyraźnie stanowiąc, aby codzień, ile możności na wolnem powietrzu zabawiały się, a kiedy tego pora niedozwoli, różne ćwiczenia i rozrywki odbywały w domach i takowe ułożenie wiadome przez profesora lub prefekta być powinno uczniom. Podczas rekreacyi i wakacyi, ćwiczenia sił, gry, rozrywki, cały czas zabierać powinny, miarkując wszystko roztropnością, przez wzgląd okoliczności wieku, równych lub nierównych sił dzieci, zdrowia, przeszłego wychowania etc. Takowe zaś ćwiczenia i gry do mocy, szykowności, zręczności i szybkości ciała, do męstwa i odwagi pomagające, najprzyzwoitsze zdają się te: gra w piłkę z ubieganiem się i żywem obracaniem; palon, czyli gra w dużą piłę, ciskanie zręczne kamieni na wodę, gonitwy do pewnego kresu, wyprzedzanie się na wzgórki i przykre miejsca, potykania się w palcaty, jeżdżenie konno, rozmierzanie ogrodów, pól, miejsc do przystępu trudniejszych, i tym podobne.

Za godne szlacheckiej młodzi poczytać się powinny ćwiczenia takowe, które obroty żołnierskie w ciągnieniu, szykowaniu, dobywaniu i bronieniu jakiego miejsca naśladują, nic bardziej do wpojenia męstwa, mocy duszy, szlachetnej wielkomyślności i ducha starodawnego rycerstwa nie pomoże, jako takowa młodzi zaprawa...

(Tamże, rozdz. XXV).

Dr. med. Stefan Szuman, Poznań.

O uświadamianiu płciowem młodzieży szkolnej

i o konieczności oparcia go o idealizm naturalny*).

Jeżeli wychowanie fizyczne oddziaływa stanowczo na umysł człowieka, to odwrotnie życie psychiczne decyduje o życiu fizycznem w doniosłej mierze.

Czynność płciowa człowieka jest czynnością fizyczną jego ciała, uregulowaną psychicznie, pierwotnie jedynie przez instynkt. Dopiero z rozwojem kulturalnym i obyczajowym, a przedewszystkiem w zależności od poglądu religijnego, fizyczne życie płciowe zaczyna podlegać wpływom decydującym woli i intelektu, a tam gdzie wola osobista nie decyduje, przepisom moralnym. U młodzieży instynktem tym kierują, poza przepisami religijnemi, nauki i przykład ludzi dorosłych.

W młodzieży budzi się więc w okresie dojrzewania ten najsilniejszy z instynktów, gdy umysł jej zawiera już pewien zasób suchych przepisów i reguł, hamujących te pierwsze popędy.

Jednakowoż te przepisy nie są w stanie instynktu ujarzmić i stłumić. Uczy tego wgląd w życie naszej młodzieży, zwłaszcza w jej życie utajone, w którem złe nałogi panują z ogromną potęgą. Każdy wychowawca, który ma umysł i oczy otwarte, każdy człowiek, który się umie wmyśleć w życie młodzieży, w jej obyczaje i jej wybryki, wie, jak jest między młodzieżą.

Nie ma powodu omawiać dokładniej szkód duchowych i cielesnych, które wyrządza młodzieży nienormalne i przed-

*) Por. artykuł prof. Gantkowskiego w n-rze 1—4, gdzie rzecz ujęta z innego stanowiska.

wczesne życie płciowe. Fakta te są zbyt dobrze wszystkim znane.

Kwestja konieczności przeciwdziałania oddawna jest jasna i między innemi sposobami uznano konieczność racjonalnego uświadamiania płciowego młodzieży.

Jednak każdy wychowawca czuje przy refleksji nad własnem życiem, że problem życia płciowego nie da się załatwić stwierdzeniem niebezpieczeństwa chorób płciowych, dewastacji psychicznej i cielesnej wywołanej w organizmie samogwałtem i konieczności wstrzemięźliwości dla unikania tych niebezpieczeństw i dla posłuszeństwa religji i obyczajowi.

Takie uświadamianie młodzieży nie pomaga. O tem można się wszędzie przekonać. Takie uświadamianie może szkodzić, podsuwając młodzieży temat może mało albo zupełnie nieświadomy. Takie uświadomienie jest przedewszystkiem złe i niewłaściwe, dlatego, że problem życia płciowego tak ściśle łączy się z całem życiem indywidualnem każdego człowieka, tak bardzo wkracza w dziedzinę wierzeń, światopoglądu, szczęśliwości osobistej, charakteru, wyboru drogi i postępowania życiowego, że nie można go od tych problemów odosobnić i podać młodzieży w formie oddzielnej. *Nie można więc tylko wykładać higjeny życia płciowego dla młodzieży.*

Zrozumienie tego faktu doprowadziło wielu wychowawców do tego, żeby odsunąć od siebie zadanie uświadomienia płciowego, żeby wydalić je ze szkoły i odesłać je do rodziców jako tam przynależne. Tylko rodzice mają ten wpływ, który daje miłość i poszanowanie dla ich osoby, żeby móc dziecku otworzyć oczy na życie płciowe, dlatego, że oni mają i muszą mieć decydujący wpływ na życie charakteru i na rozwój całego człowieka.

Z drugiej strony rodzicom brak wiadomości fachowych. Matki są za mało uświadomione i nie znają nałogów i społecznego znaczenia chorób wenerycznych, jak i częstości i rozpowszechnienia wśród młodzieży samogwałtu. Rodzice pozatem nie wszyscy są na poziomie intelektualnym wystarczającym. Szkoła dlatego egzystuje, że rodzice sami nie mają wiedzy wystarczającej dla dziecka. Szkoła nietylko ma dawać różne wiadomości, ma uczyć, ale ma przytem wychować ludzi o wyższym obywatelskim i osobistym charakterze. Szkoła ma sięgać wyżej niż przeciętny stan rodzin, które posyłają dzieci do szkoły.

Pozostawałaby trzecia możliwość, odesłania sprawy uświadamiania do księdza, do kościoła. Nie wątpię o tem, że wielu gorliwych duchownych nietylko daje dzieciom przykazania religijne, lecz zajmuje się dzieckiem tak blisko i serdecznie, że

umie je pokierować w jego trudnościach życiowych i moralnych, a do tych wielkich trudności należy instynkt płciowy u młodzieży. Brak jednak duchowieństwu znowuż wykształcenia fachowego. Pozatem, zdaniem naszem, ujęcie problemu płciowego ze strony religijnej zbyt silnie będzie zawsze i musi wypuklać jego stronę ujemną jako grzechu, a za mało wypukli jego stronę dodatnią jako piękna życia, jako miłości i jako ognia życia rodzinnego.

Że dotychczas uświadomienie młodzieży pod względem płciowym nie miało wystarczających rezultatów, to zdaniem naszem polega na niedostatecznem zrozumieniu i oświetleniu, co jest tym czynnikiem tak silnym, że przepisy obyczajowe i nakazy rodziców i wychowawców nie zdołają dzieci ustrzec. Tym czynnikiem silnym, tym nieprzyjacielem jest ta przyjemność zmysłowa, to zadowolenie płynące z czynności życia płciowego. Tu leży punkt ciężkości problemu. Uczucia zadowolenia z czynności instynktu, uczucia euforyczne z nim związane są tak silne, że nie zważając na kary, przestrogi i nawet przekonania, młodzież szuka przyjemności tego nałogu.

Z siłą tak potężną, jak uczucia euforyczne, większość ludzi walczyć nie umie. Cóż dopiero mówić o młodzieży niewykształconej, nieustalonej, nie posiadającej jeszcze siły i hartu woli. Skoro zły przykład uświadomi instynkta spoczywające nieświadomie w duszy dziecka, wtenczas trudno znaleść radę na siłę instynktu i przestrogi, kary, a także uświadamianie o niebezpieczeństwie do którego ten nałóg prowadzi, nie będą hamulcem dosyć silnym.

Przytem nałogi płciowe są to nałogi skryte. One kwitną w ukryciu i wychowawcy z największym trudem nie zdołają ich z pewnością stwierdzić i odszukać. Jest to sprawą trudną dla rodziców, dla wychowawców szkolnych prawie niemożliwą. Jak więc stosować kary, a nawet do kogo się zwracać, jeżeli się nie zna winnych. Fałszywe podejrzenia stanowczo szkodzą.

Jedyną bronią jest naszem zdaniem wola, wola własna młodzieży, tylko do niej można się odwołać, tylko nią walczyć. Wola ta jednak nie powstaje samorzutnie. Wola ta musi mieć powód powstania w psychice młodzieży i musi się oprzeć o naturalne, słuszne i silne fundamenta przekonania młodzieży, jeżeli ma swoje siły przeciwdziałające rozwinąć. Wola taka może się naszem zdaniem oprzeć jedynie o pewnego rodzaju idealizm.

Jeżeli poprzednio byłem zdania, że religja sama nie może dostarczyć tego, że tak powiem praktycznego idealizmu, to błądziłbym, gdybym od światopoglądu jakiegokolwiek filozoficznego spodziewał się lepszych rezultatów. Idealizm, który należy dać

młodzieży i z którym trzeba powiązać wszelkie wykłady uświadomienia płciowego, jest uchwytny i realny. Tkwi on w idealizmie naturalnym, który kieruje psychiką prawie każdego dorastającego chłopaka samorzutnie, który napewno tkwi w duszy każdej młodej dziewczyny. Jest to idealizm miłości dla mężczyzny, idealizm macierzyństwa dla kobiety.

Nie wolno nam zezwolić na to, żeby, nim my te naturalne, wrodzone, żywe i silne popędy młodzieży rozwiniemy, żeby przedtem już ktoś, a mianowicie starsi koledzy zdeprawowani, studenci lekkomyślni, wszelkiego rodzaju ludzie bez charakteru, urobili dla siebie ten możny instynkt. W chwili dorastania młodzieży, w chwili dojrzewania płciowego, odbywa się rozstrzygająca walka o człowieka, o to czy on zostanie idealistą czy materjalistą, obywatelem czy samolubem, człowiekiem czy „zjadaczem chleba" tylko. Chwila ta jest doniosła. Zrozumienie jej z punktu widzenia psychologji i fizjologji wystarcza, żeby ocenić jej doniosłość. Ona rozstrzyga, decyduje. Mogą później zajść w życiu zmiany, ale rzadko kiedy raz znęcony do klatki ptak zdoła z niej uciec. Instynkt panuje w człowieku przepotężnie, można go tylko uszlachetnić lub zdeprawować.

Z wyjątkiem ludzi o wielkiem powołaniu większość „rozwija" że tak powiem swoje powołanie życiowe w ramie rodziny. Rodzina staje się światem bliższym, bezpośrednim, dla myśli, pracy, serca i ideału życiowego. Jest to bieg naturalny, że poruczamy doskonalenie się nasze poza pewną metę, którąśmy osięgli, dalszym pokoleniom. Do naturalnego ideału rodziny należy więc skierować młodzież. W wypracowaniu tego ideału powinna współpracować religja, nauka, literatura i każdy przedmiot w szkole. Szkoły nietylko są na to, żeby dawać wykształcenie i wiadomości potrzebne później dla zawodu, lecz szkoła ma urabiać ludzi.

To pragnienie szczęścia, które się budzi z rodzącym się instynktem trzeba więc skierować, trzeba mu dać cel. A cel ten jest naturalny. Jest on jednak zarazem silny i piękny i pociągający w oczach młodzieży, naturalnie już wystarczająco silny, żeby w niej samej powstało dążenie nie spuszczania go z oka, nie zbaczania, lecz zachowania tego, co się temu celowi należy.

Jestem przytem przeciwny wszelkim morałom. Morałami można tylko szkodzić. To, co nie spoczywa jasno samo w duszy i jej nie świeci, to można w nią włożyć, ale pozostanie zawsze w niej ciałem obcem, będzie ją dręczyło i będzie ona chorowała na te przepisy, na te nienaturalne jej ideały.

Ideał powyżej wymieniony jest jednak naturalny. Ku niemu naturalnie umysł młodzieży spogląda, o niego może się bez-

piecznie oprzeć; potępianie miłości może najwyżej szkodzić, uszlachetnianie jej może jedynie się przydać.

Jeżeli taki idealizm naturalny, jak nazwałem dążenie do tej naturalnej wartości życiowej, którą jest miłość dla mężczyzny i kobiety a macierzyństwo dla kobiety, będzie jednym z celów, które należy młodzieży pokazać i który da jej podstawę pewną i wartościową do oparcia o nią swej woli i swego dążenia, to nie jest on celem jedynym i wystarczającym.

Nie wszyscy znajdą cel i zadowolenie w małżeństwie, a życie postawi większość ludzi przed trudności i kataklizmy życiowe, w których ich ta ostoja zawiedzie. Nie mam więc na myśli ukazania młodzieży tego ideału, jako ideału szczęśliwości niezawodnej. Przeciwnie, już młodzież należy upewnić w tem, że nawet ideały zawodzą i że świat ten nie jest najlepszym, że dążenie ku dobremu nie daje rękojmi szczęścia i zadowolenia. Nad ideałem szczęścia panuje ideał woli. Nie o szczęście moje, o dzieło moje dbam, mówi Nietzsche.

Do takiego światopoglądu nie można dojść inaczej, jak przez próby i doświadczenia osobiste. Nie można go więc wymagać od młodzieży. Młodzież z natury powinna być optymistyczną. Ale już te lata dorastania naszej młodzieży szkolnej są okresem „der Sturm- und Drangperiode". Zbyt krytyczną jest już młodzież w tym wieku, żeby nie odczuć wielkiej boleści nad brakiem harmonji świata, nad ułudą szczęścia. Z tego krytycznego okresu prowadzą tylko dwa wyjścia. Albo oddanie się uciesze zmysłów, a co za tem idzie uciesze płciowej bezmyślnie, albo znalezienie wyższych wartości. Jeżeli natura nie będzie skłonna do przyjęcia ideału naturalnego miłości i rodziny, o którym mówiłem, to cóż może dać oparcie człowiekowi młodemu, stojącemu przed sfinksem życia?

Otóż jeżeli nie szczęście życia, to wola do życia może jedynie uratować. Ta wola pracy, tworzenia, ta wola niedbania o nieszczęście a chęci działania, która kształci bohaterów. To prawdziwe zrozumienie męskości i dzielności, które łączymy z pojęciem bohaterskości.

Żywoty wielkich ludzi będą mogły pouczyć młodzież i dać jej żywo odczuty ideał takiego dążenia. Zbadanie i zagłębienie się w żywoty Beethovena, Grottgera, Michała Anioła, Spinozy, Słowackiego, ukazują życia pełne smutku, zawodu, trudu i ciemności, ale rozjaśnione światłem prostolinijnej woli i tej siły człowieczej panującej, która ujarzmiła nieszczęście, która prowadzi życie trudne niezmiernie siłą człowieczeństwa. Zrozumienie tragiczności bytu, w której bohater człowiek mimo wszystko panuje nad losem, da młodzieży siły najistotniejsze.

Zawsze, zdaje mi się, będzie można odesłać młodzież do „Uczty” Platona, do tej tak fałszywie interpretowanej miłości platońskiej, która nie jest miłością purytańską i abnegacyjną, lecz miłością wyższego rzędu, przez niższy stopień do wyższego, przez erosa ciała do erosa ideału.

Prof. gimn. F. Fidziński.

Pora odbywania ćwiczeń cielesnych.[1]

Już Błażek[2]) wykazał na podstawie obfitej obcej literatury fachowej i własnych doświadczeń, że jedynie jednorazowa nauka może przynieść młodzieży korzyść zarówno duchową, jak i fizyczną. Tymczasem daje się słyszeć obecnie, że niektóre szkoły średnie przeznaczają na lekcje tak zwanej „gimnastyki” głównie popołudnia, czyli zaprowadzają dwurazową naukę bez względu na to, że wykazano, iż to przynosi szkodę młodzieży.

Jakież stanowisko należy więc zająć wobec tego, tem więcej, że szkoła nasza jest de facto zwolenniczką jednorazowej nauki, a więc jednorazowej pracy.

Udowodnionem jest, że natura pracy ludzkiej jest przeważnie skomplikowana, i że niema ścisłego rozgraniczenia między pracą fizyczną a umysłową. Skoro atoli oznaczamy jedną jako fizyczną a drugą jako duchową, to słowami temi chcemy wyrazić tylko zawsze przewagę udziału czynników wymienionych w dojściu do skutku efektu pracy.

Ćwiczenia cielesne, tak zwaną „gimnastykę“, uważać musimy za pracę fizyczną siłową i precyzyjną, bo jedne z ćwiczeń są „siłowe“, a drugie precyzyjne. Jednocześnie jeszcze są one i pracą umysłową, bo zmuszają nasz system nerwowy do wysyłania podniet do mięśni za pomocą nerwów, które stanowią połączenie między mózgiem a mięśniami.

Uczeń wychodzi ze szkoły po lekcjach rannych zmęczony umysłowo i fizycznie i w tym stanie zjada objad. Jedzenie

---

[1]) Referat ten Sekcja Wychowania Fizycznego Koła T. N. S. W. w Krakowie przyjęła jako swój memorjał i przesłała do Kuratorjum Okr. szkolnego.

[2]) Błażek: W sprawie jednorazowej nauki w naszych szkołach. Muzeum, Lwów 1902 str. 803 in.

takie wpływa bardzo mało posilnie na znużone pracą umysłową centra nerwowe, jak udowodniono.[3])

Przypatrzmy się jednakże bliżej stanowi młodzieży naszej szkół średnich po wyjściu ze szkoły. Głównie dwie rzeczy bardzo ściśle ze sobą złączone trzeba tu rozpatrzeć: 1) fakt odżywiania się i to jedzenia głównego oraz najobfitszego w ciągu dnia, przeciętnie na $2^1/_2$ do 3 godzin przed rozpocząć się mającą nauką popołudniową — 2) stan wypoczywania znużonego umysłu oraz ciała po nauce rannej.

Pamiętać należy, że nasza szkoła jest przeznaczona dla młodzieży tylko przychodniej i zasadza się na rozpowszechnionem jednorazowem nauczaniu. Tymczasem atoli przez skazanie „gimnastyki" na odbywanie popołudniu wprowadza się dwurazowe nauczanie, nie uwzględnia stosunków miejscowych społecznych i kulturalnych i zapomina o tem, czego już dowiodła nauka fizjologji, że znużenie, a także silne napięcie umysłu, ból fizyczny lub silne wzruszenie umysłu utrudniają proces trawienia w wysokim stopniu — oraz, że okres czterogodzinny po jedzeniu mieszanego pokarmu jest obecnie uważany przez cały świat lekarski jako szczyt trawienia, ale w normalnych tylko warunkach.

Tymczasem przecież młodzież nasza zasiada do obiadu już znużona, zjada go w tym stanie pospiesznie rzecz naturalna, gdyż myśli o tem, jakie to lekcje będą jutro, czego, lub kiedy, ma się uczyć, że o godzinie 2,30 już albo 3-ciej musi wyjść z domu znowu do szkoły, by być na czas na lekcji „gimnastyki" (spóźnienie bywa notowane w dzienniku klasowym i zazwyczaj jako 1 godz. opuszczona nieusprawiedliwiane). Te i tym podobne myśli nie pozwalają jej dokładnie miażdżyć pokarmu w jamie ustnej, tem więcej,. jeżeliby mieszkanie było od szkoły dość odległe, a chciała jeszcze odrabiać lekcje na jutro zaraz po jedzeniu. — Do tego wszystkiego, a więc do znużenia z przedpołudnia, pospiesznego nerwowego jedzenia obiadu i ewentualnie uczenia się w czasie obiadu i zaraz po nim, dołącza się fakt, iż w trakcie właśnie trawienia odbywa drogę do szkoły, zazwyczaj pospiesznie, by być na czas na lekcję „gimnastyki" — innemi słowy, iż pracuje fizycznie. Wskutek tego nie trawi spokojnie i przychodzi na popołudnie w stanie silniejszego, aniżeli przed samym obiadem znużenia, bo spotęgowanego jeszcze wysiłkiem fizycznym, skoro musi odbywać uciążliwą czasem drogę cztery razy.

[3]) A. Mosso: Über die Gesetze der Ermüdung. Arch. f. Anat. u. Physiolog. Leipzig 1890. Str. 118. i następne.

Błażek[4]) przytacza — udowodniony przez Voita i Pettenkofera — bilans dzienny dla człowieka, który pracuje cały dzień i bez dłuższego spoczynku. W warunkach normalnych pozostaje żuty pokarm $3^1/_2$ godzin w żołądku. Pospieszne zaś jedzenie, połączone z niedokładnem miażdżeniem pokarmu, a często i znaczna odległość mieszkań, skłaniają do oznaczenia czasu pozostawania zużytego pokarmu w żołądku nawet na siedm godzin tem więcej jeszcze, gdyby też młodzież odrabiała jeszcze równocześnie z jedzeniem jutrzejsze lekcje.

Życie więc ucznia musimy nazwać nie inaczej, jak zbyt nużącym trybem. Trawienie u niego odbywa się anormalnie, a organizm jego traci mimo przyjmowania pokarmu i własnym kosztem musi owe straty pokrywać.

Wśród takich warunków przychodzi młodzież popołudniu już na godzinę 3-cią na ćwiczenia cielesne, tj. gimnastykę oraz gry i zabawy ruchowe a więc głównie na pracę mięśni, która przecież polega na skurczu i rozkurczu, w czasie których zużywa się tkanka mięśnia. Ruch po jedzeniu opóźnia trawienie, a tem samem odżywianie mięśni, w których gromadzą się wytworzone pracą-ruchem produkta znużenia w dużej ilości i szybciej, aniżeliby krew nadążyła usunąć je w czasie swego krążenia. Skutkiem tego mięsień traci na zdolności do pracy, kurczy się coraz słabiej, aż wreszcie nie kurczy się wcale czyli jest zmęczony, lub nawet przemęczony, jeśli stan taki często zachodzi.

Mosso[5]) wykazał, że ze wzrostem zmęczenia mięśnia wzmaga się podniecenie nerwów i że to udziela się innym mięśniom, choćby one nie były i nie miały być nawet czynne, czyli, że zmęczenie ogarnia cały organizm. Obok tego zachodzi też zmiana w oddechaniu i wydzielaniu potu. Wola wprawdzie i zamiar pomagają nam wielce i dodają sił, jednakże słaba siła fizyczna wyczerpuje się w naszym wypadku wkrótce, a równocześnie słabnie podnieta woli i wreszcie jest nieczynna. Zdolność zaś do działania w zmęczeniu zależy nietylko od zmian zachodzących w mięśniach, ale i w znużonych centrach nerwowych.

By przyszły do siebie, trzeba dłuższego czasu. Praca umysłowa nuży i mięśnie w sposób jak wyżej. Jeżeli zaś mięśnie znużone już muszą teraz bez należytego wypoczynku i odżywienia wykonywać pracę, to ta więcej znacznie im szkodzi, aniżeli cięższa w warunkach normalnych. Wiemy już, że połączenie między mózgiem a mięśniami stanowią nerwy. Jeżeli teraz

[4]) op. cit. str. 809.

[5]) op. cit. str. 118.

mięśnie są podniecone wprost przez nerwy, nużą się o wiele prędzej, ale też większego trzeba podrażnienia nerwów, jeśli chodzi o pobudzenie do akcji mięśnia już zmęczonego. Im większy opór ma mięsień do pokonania, tem większą podnietę musi wysłać system nerwowy.[6])

Ćwiczenia cielesne, tzw. gimnastyka, nie tylko nie usuwają znużenia, ale je zwiększają i to w wysokim stopniu. Lekcja bowiem gimnastyki wymaga skupienia uwagi i często niemniejszego wysiłku umysłowego, aniżeli przy każdym innym przedmiocie nauki szkolnej, i skutkiem tego musi sprowadzać zmęczenie nieuniknienie. Dlatego nie można uważać lekcyj gimnastyki jako odpoczynek po pracy szkolnej, ale jako zmianę przedmiotu nauki.[7]) Nie dostosowane zaś przypadkowo do wieku i rozwoju dzieci ćwiczenia bywają powodem zmęczenia przedewszystkiem fizycznego, a równocześnie i umysłowego. A cóż dopiero, jeśli ta praca wytężająca przy omówionych warunkach (a więc przy znużeniu i fizycznem i umysłowem) odbywać się ma, względnie nawet odbywa się popołudniu. System nerwowy wysyła wtedy coraz to większe podniety, a przez tosamo nuży siebie i mięśnie. — Przerwa dwóch godzin między jedzeniem a gimnastyką popołudniową jest absolutnie za krótka ze względu na nieukończenie procesu trawienia przez rosnący organizm, a właściwie na jego odwleczenie. Przerwa ta po dłuższej nauce przedpołudniowej nigdy nie jest zupełnym odpoczynkiem.

Higjeniści i fizjologowie dowiedli, że, skoro już zaprowadza się naukę popołudniową, powinno się dać młodzieży taką przerwę między przed- a popołudniem, by trawienie nie doznawało upośledzenia, gdyż w przeciwnym razie dzień taki jest stracony dla rozwoju i fizycznego i umysłowego, zwłaszcza młodzieży. Znaczniejsza bowiem praca mięśni, jak przy „gimnastyce", przyśpiesza wprawdzie czynność żołądka ale jednostronnie, bo wydala on przy niej niestrawiony skutkiem braku spokoju pokarm do jelit. Ruch np., udowodnił J. Cohn,[8]) — który miał miejsce w dwie godziny po obiedzie, przewlókł trawienie poza 7-ą godzinę wieczorem. Nie może i absolutnie nie powinno być więc mowy o przeznaczaniu gimnastyki jako lekcyj na popołudniowe godziny. Wprawdzie podnosiły się głosy, by popołudnia zająć między in-

[6]) Zaccaria Treves: Über die Gesetze der willkürlichen Muskelarbeit. Arch. f. ges. Physiolog. Dr. E. F. W. Pflüger. 78. Band. Bonn 1899, str. 168

[7]) Meumann E.: Vorlesungen zur Einführung in die experimentelle Pädagogik, 2 wyd. tom III, str. 296.

[8]) Jacob Cohn: Über den Einfluss mässiger Körperbewegung auf die Verdauung. Dt. Arch. f. kl. Med. 1888. — E. Piasecki: Projekt powrotu do nauki dwurazowej wobec wych. fiz. młodzieży, Muzeum 1902, grudzień str. 821.

nemi i gimnastyką, ale rozumiały one, żeby ją zaczynać wtedy, gdy trawienie jest ukończone, a nie przedłużać okresu trawienia. Szkoła winna o tem pamiętać, że obowiązkiem jej jest popierać przynajmniej usilnie — jeśli już nie dbać o racjonalny rozwój fizyczny młodzieży — dążności tejże do samodzielnego rozwijania się fizycznego. Kardynalnym warunkiem tego jest przysparzanie jej wolnego czasu i staranie się o potęgowanie wśród niej zamiłowania do zużytkowywania owego wolnego czasu na samorzutne ćwiczenia ciała — rozrywki. „Spędzanie" zaś młodzieży przez szkołę na tzw. „gimnastykę" na popołudnie niedość, że nie daje owego wolnego czasu, lecz właściwie tłumi w niej ów wrodzony popęd do ruchu, ową ochotę, która jest rękojmią, że z nią razem przyniosło ćwiczenie korzyść.

W zasadzie więc winna szkoła odbywać ćwiczenia cielesne tylko przed południem głównie ze względu na młodzież, a to na normalność jej trawienia i konieczność wypoczynku po znużeniu lekcjami przedpołudniowemi dla łatwiejszego odrobienia lekcyj na dzień następny. Można ostatecznie zarządzić odbywanie ćwiczeń popołudniu, ale zaczynać je najwcześniej o godz. 4-tej względnie 5-tej. W lecie dałoby się to łatwo przeprowadzić, ale w zimie musianoby ćwiczyć przy sztucznem oświetleniu, a młodzież wracałaby do domu po ciemku i przy lampie dopiero rozbawiona oraz znużona i fizycznie i umysłowo całodzienną pracą musiałaby odrabiać lekcje na dzień następny, a więc wyczerpywała i męczyłaby się jeszcze więcej.

Obok tego, przeznaczając „gimnastykę" na popołudnie, postępuje szkoła przedewszystkiem wbrew wszelkim przepisom i zarządzeniom władz szkolnych, które przepisują jednorazową jedynie naukę zarówno dla młodzieży, jakoteż i dla nauczycieli. Zmuszają bowiem młodzież i nauczycieli „gimnastyki", mimo, że ci biorą takie samo wynagrodzenie od tego samego rządu, co wszyscy, tylko za jednorazową naukę, do dwurazowej nauki, nie oglądając się na przepisy higjeny i fizjologji czy w odniesieniu do młodzieży przedewszystkiem, czy też do nauczycieli gimnastyki. Wskutek tego przyczynia się szkoła do obniżania i tak nieświetnego stanu odżywiania naszej młodzieży i nauczycieli, bo przedłuża i przewleka poza normę okres trawienia i nie ułatwia jej sposobności do spontanicznego oddawania się w wolne popołudnia zdrowym sportom. Dotychczasowy więc „usus" przestarzały musi obecnie zniknąć i użyczyć miejsca nowszemu, a mianowicie odbywaniu lekcyj ćwiczeń cielesnych zasadniczo tylko przedpołudniem. Innemi słowy szkoła winna układać plan nauk i dzienny i tygodniowy li tylko ze względu na młodzież, a nie ze względu na wszystkich nauczycieli, względnie ich zajęcia i to w dodatku

uboczne i zarobkowe poza szkołą w godzinach przedpołudniowych. Ani jakiś dowolny schemat, czy rachunek arytmetyczny, czy jakieś względy, czy fakt, że tę lub ową godzinę ma jakiś nauczyciel zajętą w zakładzie prywatnym, nie powinny kierować dyrekcją szkoły i układającym plan nauk. Zasadniczo winien on być ułożony dla własnego zakładu, a nie dostosowany do planu nauk różnych czasem zakładów prywatnych. Szkoła więc musi pamiętać, że przy układaniu planu nauk winna uwzględniać przedewszystkiem młodzież, jej warunki psychologiczne i fizjologiczne, gdyż plan zarówno dzienny, jak i tygodniowy, nie pozostaje bez znacznego wpływu na zmęczenie. Ze względu też na młodzież tylko, a nigdy na nauczycieli, bo ci są dla ostatniej, nigdy zaś na odwrót, należałoby przeznaczać na pierwsze godziny dnia trudniejsze przedmioty i wogóle układać porządek następstwa przedmiotów w ten sposób, by te, które więcej męczą i nużą szły wcześniej od średnio trudnych i najłatwiejszych. A zbadano już i udowodniono, że do najtrudniejszych należą matematyka, języki obce i gimnastyka — do średnio-trudnych język ojczysty, przyrodoznawstwo, historja, geografja, religja — a do najłatwiejszych rysunki, praca ręczna i śpiew[9]), choć co do tego są różne zapatrywania.

Najwięcej tedy męczy matematyka, za nią idą gimnastyka i obce języki, a dopiero potem inne przedmioty. Meumann i szkoła Kraepelina[10]) uważają, że gimnastyka i śpiew najwięcej męczą. W każdym razie ćwiczenia cielesne, oraz gry i zabawy ruchowe, jako praca fizyczna powodują zużywanie się sił fizycznych, ich zmęczenie, a równocześnie i duchowe zmęczenie. Dlatego też nie można uważać lekcyj gimnastyki jako odpoczynek i wstawiać ich gdziekolwiekbądź między inne przedmioty, lub przeznaczać na nie ostatnie lekcje, względnie nawet popołudnie, dla ich niby mniejszej wartości dydaktycznej. Dowiedzionem tylko jest, że umieszczone w planie nauk w godzinach przedpołudniowych poprawiają obieg krwi i pomagają do skupienia uwagi. W Niemczech np. przekonano się, że, skoro w 1899 r. przeznaczono na gimnastykę oraz gry i zabawy na najniższym stopniu nauki pół godziny dziennie, zmęczenie uczniów było mniejsze, a owoce ich pracy zadowalały zupełnie, choć przy lekcjach 45-minutowych.

Mógłby atoli ktoś twierdzić, że zmiana w pracy działa ożywczo. Wykazali jednak Mosso, Weygandt i R. Schulz, że tak nie jest, gdyż zmęczenie wzmaga się jeszcze w tym wypadku,

[9]) Dr. Tad. Jaroszyński: Higjena wychowacza str. 252. Kopczyńskiego Higjena szkolna. Wpływ przedmiotu nauczania. Dr. Bogdan Nawroczyński: Higjena sposobu i organizacji nauczania. Tamże str. 345, rozdział: rozkład godzin. Meumann, op. cit.

[10]) — Meumann op. cit. B. III. str. 296.

mimo iż każda zmiana wzbudza przejściowy stan podniecenia. Kto wie, czy nie panują zupełnie inne zapatrywania na całą tę sprawę i w dyrekcjach szkół i wśród ciał nauczycielskich, skoro słyszeć się daje jeszcze hasła „precz z gimnastyką w sali;" i skoro szkoła nie stara się nawet o podciągnięcie młodzieży pod swój wpływ i rodzi u niej wyładowywanie się całego zasobu jej energji tylko w piłce nożnej, bo nie zapoznaje młodzieży z tem, w jaki sposób ma kształcić, a nie jak do tej pory, zabijać kulturę ciała jednostronnością, względnie zupełną obojętnością.

Nauczycielstwo, czy nie wie i nie rozumie, czy też nie chce wiedzieć, że ani przechadzka, ani nawet gry i zabawy ruchowe, nie ćwiczą wszystkich mięśni, co jest zasadniczym warunkiem ćwiczeń cielesnych w sali, że do sportów musi gimnastyka przygotować materjał (głównie chodzi tu o oddech), musi dać młodzieży siły fizyczne, ową fizyczną podbudowę racjonalną, harmonijny rozwój, elementy ruchów, prawidłowe ich wykonanie — słowem nie uznaje widocznie nauczycielstwo sprawy wychowania fizycznego za potrzebną. Nic więc dziwnego, że wśród takiej atmosfery wszystkim innym nauczycielom danej szkoły daje szkoła możność uczenia w zimie w opalanej sali, a tylko nauczycielowi gimnastyki kazałaby (a może i każe jeszcze) przeprowadzać czy ćwiczenia cielesne, czy gry i zabawy ruchowe w tym czasie na polu. A przecież program Ministerstwa Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego nakazuje ćwiczenia na przyrządach szwedzkich i w sali, a nie stale na polu, bo wie, że ze względu na stan atmosfery u nas w Polsce musiałby nauczyciel gimnastyki, kto wie czy nie od października już do kwietnia czasem włącznie, tj. przez 7 miesięcy nie przeprowadzać ćwiczeń i brać pensję właściwie za darmo.

Ze względu więc na młodzież tylko, a więc na jej i tak nieświetny stan odżywienia, należałoby naszym szkołom wskazać, by nie obniżały tego stanu odżywienia i nie przedłużały okresu trawienia, a więc przeznaczyły na lekcje gimnastyki wyłącznie godziny przedpołudnia, bo zostawiając młodzieży wolne popołudnia ułatwi jej szkoła sposobność do spontanicznego oddawania się zdrowotnym sportom, a nadto będzie praktycznie przeprowadzać nakazane przez Ministerstwo Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego popołudniowe gry i zabawy ruchowe w każdej klasie. Ponadto winny szkoły układać plany nauk dzienne i tygodniowe tylko ze względu na samą młodzież, a nie na nauczycieli, oraz traktować kwestję wychowania fizycznego poważnie i w myśl jego wymogów, a nie po macoszemu, jak dotąd.

Wychowanie fizyczne zagranicą.

Wychowanie fizyczne w Uniwersytecie kopenhaskim.

Dzięki, rzec można, szczęśliwemu jedynie zbiegowi okoliczności, mogę znów zdać sprawę z podróży naukowej zagranicę, odbytej tym razem do Danji. Podobnież, jak w roku zeszłym, kongres międzynarodowy stanowił punkt wyjścia imprezy, dozwalając mi stanąć na ziemi duńskiej, w następstwie czego dopiero dołączyła się pomoc Ministerstwa Spraw Wojskowych, zainteresowanego w uzyskaniu wiadomości o stanie wychowania fizycznego w armji i przysposobienia wojskowego w tym małym, a tak podziwu godnym kraju. Blisko miesięczny pobyt (w ciągu drugiej połowy sierpnia i pierwszej września) dozwolił mi w całej pełni nawiązać na nowo nici, zadzierzgnięte w czasie dawniejszych, przedwojennych podróży, a znajomość języka umożliwiła zetknięcie bezpośrednie nietylko z kierownikami ruchu, lecz i z uczniem, żołnierzem, człowiekiem z ludu.

Poniżej postaram się dać krótki rys spostrzeżeń, poczynionych w Uniwersytecie kopenhaskim. To, com widział w szkolnictwie, w armji i w stowarzyszeniach, podam do wiadomości w czasopismach specjalnych, poświęconych tym środowiskom.

Pierwsze miejsce należy się bezsprzecznie wybitnym postępom na polu teorji wychowania fizycznego, jakie ludzkość zawdzięcza Danji. Jak dotychczas, jest to dzieło jednego człowieka. J. Lindhard, zamianowany w r. 1909 docentem, a w kilka lat później profesorem „teorji gimnastyki" w Fakultecie matematyczno-przyrodniczym Uniwersytetu kopenhaskiego, posiadł drugą z kolei katedrę tego przedmiotu w Europie (po Gandawie, 1908; w r. 1919 przybyła, jak wiadomo, trzecia — w Poznaniu). Mając wybitne zdolności i znakomite przygotowanie fizjologiczne, wysunął się odrazu na pierwszy plan pracy naukowej na tem polu.

Jego czterotomowy podręcznik[1]) dowodzi, że autor znakomicie obejmuje całość przedmiotu. Jako teorja gimnastyki jest ta książka bez konkurencji i jedynie rozdziały, poświęcone sportom, są obszerniej opracowane w niektórych innych podręcznikach. Prof. Lindhard ma wyborne warunki do pracy naukowej: laboratorjum przy własnej katedrze dobrze wyposażone, ponadto zaś przebogate laboratorja inne (przy katedrze fizjologji zwierząt prof. Krogha, prywatne laborat. Carlsberga, etc.) z możnością współpracy ze znakomitymi specjalistami, konstrukcji nowych aparatów i t. p. Trzeba jednak zarazem przyznać, że korzysta z nich z nieznużoną nigdy pracowitością, tak, że każdy rok przynosi nam kilka wybitnych przyczynków do stanu wiedzy w danym zakresie. Staramy się już od początku istnienia „Wychowania Fizycznego" referować o tych pracach, pomieszczanych bądźto w angielskim Journal of Physiology, bądź w własnych czasopismach naukowych. Prof. L. stworzył bowiem i podtrzymywał na wysokim poziomie, miesięcznik Akademisk Gymnastik. Gdy jednak drożyzna papieru i druku zmusiła go do zaprzestania tego wydawnictwa, nie spoczął, póki układ z redakcją Gymastisk Tidsskrift nie umożliwił mu (od roku bieżącego począwszy) wydawania dodatku naukowego p. t. Meddelelser fra Universitetets gymastikteoretiske Laboratorium.

Wspomniane referaty uwalniają mnie od obowiązku zdania na tem miejscu sprawy z postępów nauki o wychowaniu fizycznem, utorowanych

[1]) Den almindelige Gymnastikteori, t. I—III. — Den specielle Gymastikteori. Köbenhavn 1918—22.

przez Lindharda. Poprzestanę na dwóch dziedzinach, gdzie uczony ten zbliżył się najbardziej do problemów codziennej pracy nauczyciela ćwiczeń cielesnych. Profesor kopenhaski stał się reformatorem układu ćwiczeń tułowia, stwarzając nowy, naukowy podział tych ćwiczeń (patrz nr. 5—8 „Wychowania Fizycznego" z r. b., str. 119). Dotychczasowy podział, który zawdzięczamy jeszcze Hjalmarowi Lingowi, uwzględniał, jak wiadomo, cztery grupy, a mianowicie skłony napięte, ćwiczenia karku, grzbietu i barków, ćw. brzuszne i naprzemianstronne. Lindhard zupełnie słusznie zarzuca wszystkim tym grupom, iż nie uwzględniają bardzo ważnego szczegółu, t. j. charakteru skurczów mięśni przy danych ćwiczeniach. Nadto, zarzuca skłonom napiętym, iż nie są bynajmniej grupą równorzędną z innemi, zasługującą na codzienne umieszczanie w osnowach lekcyjnych; ćwiczeniom naprzemianstronnym wreszcie, że są mieszaniną dwóch bardzo różnorodnych elementów — skłonów i skrętów — których pomieszczenie w jednej grupie może powodować zaniedbanie jednej z nich na korzyść drugiej. W nowym podziale, uwzględniono przedewszystkiem charakter skurczów, tworząc dwa wielkie działy: ćwiczeń, przy których mięśnie pracują statycznie, w długości normalnej, oraz ćwiczeń, gdzie mięśnie pracują w skróceniu lub wydłużeniu. Jako zasadę dla poddziałów, autor podał najpierw płaszczyznę, w której ruch się odbywa, w drugiej linji zaś — grupy mięśni czynnych. Cokolwiek dałoby się powiedzieć o słuszności podporządkowania szczegółu przedtem wysuwanego na plan pierwszy, podział nowy daje nauczycielowi możność istotnie dokładnego przeglądu materjału ćwiczebnego tego działu, a co za tem idzie, i naprawdę wszechstronnego przećwiczenia stawów i mięśni kręgosłupa w ciągu kilku sąsiadujących ze sobą lekcyj.

W czasie najbliższym możemy się spodziewać dokładniejszego jeszcze sprecyzowania wskazań w tej mierze, dzięki zastosowaniu torakografu własnej konstrukcji, przy pomocy którego Lindhard dokonał już setek nieogłoszonych jeszcze pomiarów. Na tych wykresach mogłem stwierdzić częściowe potwierdzenie tez, jakie autor postawił był w sprawie ćwiczeń oddechowych. Tezy te, stanowiące przewrót w naszych pojęciach i praktyce dotychczasowej, można streścić, jak następuje. Po pierwsze, ćwiczenia oddechowe mają wartość conajmniej wątpliwą wobec faktu, że organizm nasz posiada działający z ogromną precyzją mechanizm samoregulacyjny, który niedopuszcza do większych wahań w zakresie oddziaływania krwi, załatwia zatem automatycznie to zadanie, jakie przypadałoby ćwiczeniom oddechowym w obrębie przemiany materji. Po drugie, badania prof. L. nad pojemnością życiową płuc w różnych postawach wykazały, że cały szereg pozycyj, uważanych dotąd jako „wdechowe", t. j. rozszerzające klatkę piersiową, daje właśnie mniejszą pojemność życiową, niż zwykła postawa spoczynkowa. Odnosi się to do wznosów ramion, przy których klatka piersiowa musi ulec ustaleniu w mniejszym lub większym stopniu, aby dać punkt oparcia dla ruchu kończyn górnych. Coś podobnego dzieje się nawet przy postawie zasadnej (bacznej).

Pierwsza z tez przytoczonych nie jest ściśle udowodniona naukowo i polega w części na rozumowaniu z zakresu filozofji biologicznej, że się tak wyrazimy. Jest niezbitym faktem, że nasz układ nerwowy z daleko idącą precyzją sam reguluje częstość i głębokość oddechów. Wiemy niemniej, że ćwiczenia oddechowe długotrwałe i forsowne działają szkodliwie, zakłócając tę regulację.[1]) Nikt jednak dotąd nie przeprowadził dowodu, aby ćwiczenia te, w tej postaci, jaką posiadają w naszych lekcjach gimnastyki, dawały takie rezultaty ujemne. Wątpliwości podniesione przez wybitnych fizjologów, tym zaś razem przez L., muszą nas jednak zniewolić

[1]) Henderson, Yandell, Haggard, Journ. Biol. Chem. 1917.

do większego sceptycyzmu i do zaprzestania powszechnego do niedawna zwyczaju stosowania tych ćwiczeń przedewszystkiem bezpośrednio po większych wysiłkach.

Po bardzo silnem podkopaniu naszej wiary w działanie korzystne ćwiczeń oddechowych na chemizm oddechu, pozostaje jeszcze inne ich uzasadnienie: szkolenie mechanizmu oddechowego u dziatwy, nawykłej do oddechów płytkich. Rzecz to cenna, nietylko dla wzmożenia korzyści, jaką całość organizmu czerpie z funkcji oddechowej, lecz i dla higjeny samychże płuc (profilaktyka gruźlicy). Dla tego zatem, zupełnie realnego wskazania, powinniśmy i nadal pomieszczać w każdej osnowie lekcyjnej ćwiczenia oddechowe. Lecz ich technika musi być już inna, niż dotychczas i ograniczać się do głębokich oddechów w postawie swobodnej (np. spoczynkowej), odkąd pomiary prof. L., obecnie już dokonane na setkach osób, każą nam wziąć rozbrat z rzekomo wdechowemi postawami, które w istocie dają mniejszą pojemność płuc.

Poruszone tu zagadnienia dają nam przedsmak tych ogromnych horyzontów, jakie się otwierają przed eksperymentalną nauką o wychowaniu fizycznem. Wpływ działalności prof. L i n d h a r d a jest też olbrzymi i obejmuje wszystkie kraje skandynawskie. Nowsze najlepsze podręczniki, jak np. T h u l i n a[2]) w Szwecji, lub p-ny E. B j ö r k s t é n[3]) w Finlandji, opierają się w zupełności na teorjach uczonego kopenhaskiego. Tem większa szkoda, że pewne niedociągnięcia w organizacji nie pozwalają mu wywrzeć całego wpływu tam, gdzieby on mógł zadziałać najgłębiej i najzbawienniej, t. j. we własnej ojczyźnie.

Laboratorjum prof. L. jest, jak wspomnieliśmy, znakomicie wyposażone, ale szczupłe i nieobliczone wcale na pracę eksperymentalną uczniów, lecz wyłącznie profesora i asystenta. W tych warunkach niełatwo jest stworzyć szkołę naukową. Ale gorszym jeszcze szczegółem jest zupełny brak wpływu profesora na praktyczną stronę wyszkolenia jego studentów. Adepci wychowania fizycznego w Uniwersytecie kopenhaskim, uczęszczają na ćwiczenia w gimastyce, grach i sportach do osobnego instytutu, nie mającego żadnego związku z Uniwersytetem (patrz niżej) i, w konsekwencji, częstokroć słyszą tam i wykonywają rzeczy sprzeczne z zasadami wygłaszanemi przez profesora i demonstrowanemi w laboratorjum. Profesor znów jest pozbawiony możności czynienia spostrzeżeń i pomiarów na własnych uczniach w związku bezpośrednim z uprawianemi przez nich ćwiczeniami, a zatem i poddania swych teoryj należytej kontroli.

Uniwersytet kopenhaski pozatem zresztą stworzył godną bacznej uwagi organizację ć w i c z e ń c i e l e s n y c h d l a o g ó ł u s t u d e n t ó w. Instytucja to jeszcze młoda, bo powołana do życia w r. 1917. Zawiaduje nią stała komisja sportowa uniwersytecka *(Universitetets staaende Idraetsudvalg)*, której duszą jest profesor medycyny wewnętrznej, Knud F a b e r. członkowie zaś są wydelegowani częścią przez władze akademickie, częścią z rad studenckich. Komisja czuwa przedewszystkiem nad gimnastyką, przez wyborowe siły nauczycielskie (dwóch mężczyzn i jedną niewiastę) w trzech salach i w różnych, do wyboru dniach tygodnia i godzinach wczesnych rannych, popołudniowych i wieczornych, tak, że każdy student z łatwością znajdzie lekcje, nie kolidujące z jego pracą uniwersytecką. Po każdej lekcji kąpiel natryskowa. Z ćwiczeń tych korzysta z górą 300 studentów w 11 grupach (9 męskich i 2 żeńskie). Koszta opędzają niewielkie opłaty uczestników (2 korony semestralnie) i subwencja rządowa 5000 kor.

[2]) Laerobok i Gymnastik, Stockholm (Norstedt o. Söner) 1919-23, 8 tom.

[3]) Kvinnogymnastik, Helsingfors (Holger Schildt) 1919, 1923, 2 t.

Liczby powyższe bynajmniej nie wyczerpują sposobności do ćwiczeń gimnastycznych dla studenta kopenhaskiego. Przeciwnie, zawierają one dopiero mniejszość ćwiczących, złożoną ze studentów, którym brak czasu, czy środków, nie pozwala zapisać się do jednego z pięciu różnych zrzeszeń sportowych. Z tych każde, przynajmniej w zimie, uprawia gimastykę, jako konieczną podstawę wszelkiego sportu. Skupiają te kluby około tysiąca młodzieży (w tem półtory setki niewiast, tworzących osobne stowarzyszenie), całość zaś jest pod opieką „Rady sportowej duńskich studentów", oraz wspomnianej powyżej komisji i otrzymuje subwencję rządową w kwocie 4000 koron rocznie.

Wśród towarzystw tych jedno wyróżnia się odrębnym charakterem. Jestto Akademickie Towarzystwo strzeleckie (*Akademisk Skytteforening*). Powstało ono w r. 1861, jako jedno z pierwszych tego rodzaju stowarzyszeń w Danji i w Skandynawji wogóle. Były one wynikiem budzącego się prądu narodowego, który spotężniał znacznie po nieszczęśliwej wojnie z Niemcami (1864). Wtedy to utworzono, w łonie stowarzyszenia, korpus strzelecki *(Skyttekorps)*, rządzący się regulaminem wojskowym i uprawiający regularnie ćwiczenia polowe, organizujący obozy we własnej posiadłości wiejskiej i t. p.

Oficerowie-instruktorzy z armji czynnej, zajęci fachowym nadzorem nad temi ćwiczeniami, nie mogli się przedemną dość nachwalić ducha, panującego w korpusie i pięknych wyników otrzymanych. Lecz to nie jest największą chlubą strzelców-akademików w ich własnem pojęciu, Uważałem, że z prawdziwą dumą lubią oni wskazywać na fakt istotnie godzien uwagi: że nie chcieli i dotąd nie chcą otrzymywać od armji ojczystej żadnych absolutnie przywilejów co do służby w jej szeregach, a zatem ani skrócenia czasu służby, ani zachowania szarż (zupełnie nieoficjalnych) otrzymywanych w korpusie akademickim.

Cechą charakterystyczną duńskich towarzystw strzeleckich jest wczesne wprowadzenie gimnastyki w program i przekształcenie się w ten sposób w towarzystwa stzelecko-gimnastyczne. Stało się to już w latach 60-tych zeszłego stulecia i co do naszego towarzystwa akademickiego i ta tradycja nie osłabła z czasem, lecz rozwinęła się bardzo pięknie. Ze względu na uniknięcie kolizyj z tokiem studjów, wprowadzono zasadę, że każdy z trzech działów pracy w stowarzyszeniu (strzelanie, korpus i gimnastyka), może być uczęszczany bez obowiązku zapisywania się na ćwiczenia dwóch innych działów. Nie trzeba dodawać, że w tem właśnie stowarzyszeniu spotykamy najdzielniejszą, duchem narodowym najczystszym owianą młodzież, a tem samem i najszczersze sympatje dla Polski.

Z innych towarzystw sportowych warto wymienić klub wioślarski, posiadający własną przystań o 33 łodziach. Walki o lepsze z drużynami duńskiemi i obcemi (przedewszystkiem skandynawskiemi) wrą w tych klubach studenckich bezustannie i z wynikami coraz lepszemi. Manja mistrzostw i rekordów istnieje i tu, podobnie jak na całym świecie, lecz do jej złagodzenia przyczynia się walnie coraz piękniej rozwijająca się, oryginalna skandynawska metoda emulacji sportowej. Jestto instytucja t. z. odznak sportowych *(Idraetsmaerke)*, tak mało jeszcze znana w Polsce, że muszę ją tu w krótkości przedstawić.

Skandynawskie związki sportowe udzielają tych odznak swym członkom, mającym najmniej 16 lat skończonych, w celu stwierdzenia nie najlepszych wyników (jak przy rekordach), lecz średniego wszechstronnego wyrobienia. Kandydat do odznaki bronzowej ma odpowiedzieć, w ciągu tego samego roku, następującym wymaganiom minimalnym w ćwiczeniach, wybranych dowolnie conajmniej po jednem z każdej z grup poniższych: Grupa I.

Pływanie 200 m. (czas nieograniczony).— Gr. II. Skok wzwyż, najmniej 135 cm.; w dal, 475 cm.; trójskok, 10 m.; sk. o tyczce, 240 cm. — Gr. III. Bieg 100 m, maximum 13 2/5 sek.; 400 m., 1 min. 5 sek.; 1500 m., 5 min. 15 sek. — Gr. IV. Rzut dyskiem (suma wyn. obu rąk) minim. 40 m.; oszczep, 50 m.; kula, 15 m. — Gr. V. Bieg 5000 m., 23 min. Rower (na gościńcu) 20 km., 50 min. Pływanie 1000 m., 28 min. Łyżwy 5000 m., 11 min. 30 sek. Narty (w terenie) 20 km, 2 godziny[1]).

Dwa wyższe stopnie tej odznaki (srebrna i złota) nie znamionują bynajmniej liczbowo lepszych wyników od powyższych, lecz biorą za podstawę rzecz społecznie daleko ważniejszą: utrzymanie uzyskanej sprawności. Srebrnej udziela się zatem sportowcowi, który tę samą próbę przeszedł zwycięsko w ciągu czterech lat, złotej zaś — za ośm lat wytrwania na oznaczonym poziomie. Wyniki, otrzymane tą drogą, tak zachęciły działaczy sportowych i wychowawców skandynawskich, że system ten rozszerzono niedawno, z odpowiedniemi modyfikacjami wymagań, na młodzież żeńską, oraz na dziatwę szkół powszechnych nawet. Śmiało rzec można, że mamy tu znów do czynienia z triumfem skandynawskiego genjuszu w dziedzinie wychowania.

Ale wróćmy do urządzeń, służących wychowaniu fizycznemu kopenhaskich studentów. Nie wymieniliśmy bowiem jeszcze najświeższego z nich — obozów studenckich, istniejących od r. 1920. Zaczęto wówczas od obozu wakacyjnego stałego, do którego, w latach następnych, dodano obozy wędrowne. W roku bieżącym przybywa trzeci rodzaj: obozy niedzielne (z wliczeniem wolnego od wykładów sobotniego popołudnia) w okolicach Kopenhagi. W obozach, jak również w stowarzyszeniach sportowych, uczestniczy, na równi z uniwersytecką, młodzież Politechniki kopenhaskiej.

Nakoniec, warto podnieść prosty a skuteczny sposób propagandy ćwiczeń cielesnych akademickich, praktykowany w tym Uniwersytecie. Jestto ćwiartka papieru z krótkiem zestawieniem wszystkich najważniejszych informacyj z tego zakresu (organizacja, dnie i godziny ćwiczeń, nauczyciele, kluby sportowe, opłaty etc.), włożona do każdego egzemplarza spisu wykładów, tak, że nietylko dostaje się do rąk każdego studenta, lecz i zwraca na siebie szczególną jego uwagę.

Z kolei zajmiemy się Państwowym Instytutem Gimnastycznym w Kopenhadze (*Statens Gymnastiske Institut*). Szkoła to poważna i zasłużona, istniejąca już od lat dwudziestu. Nie należy wprawdzie dotąd do Uniwersytetu, lecz współpracuje z nim w dziele kształcenia wychowawców fizycznych, tu zatem należy ją omówić. Duszą Instytutu jest K. A. Knudsen, nestor działaczy duńskich w tej dziedzinie, łączący od lat szeregu obowiązki dyrektora Instytutu z inspektoratem wychowania fizycznego na całą Danję. Dla nas stał się Instytut kopenhaski niemniej drogim od sztokholmskiego, od czasu gdy nam dał pracownika tej miary, jak śp. Wł. R. Kozłowski.

Początki omawianej instytucji były bardzo skromne a zarazem typowe dla umiejętności Duńczyków osiągania celów środkami prostemi. Bez własnego budynku, w gościnie prywatnego zakładu gimnastycznego, pracował Knudsen lat szereg, dopóki mu się nie udało przekonać rządu, że kosztem nieurządzenia kursu w jednym roku, można instytut wyposażyć w skromny, lecz odpowiadający celowi barak drewniany. Gdy ten budynek z kolei był zagrożony użyciem placu na inne cele, zdecydowano się, mimo ciężkiego położenia finansowego państwa po wojnie światowej, na krok dalej idący. Zwiedzając obecnie Instytut, zastałem go świeżo przeniesionym do nowego,

[1]) Podaję tu przepisy fińskie, jako najprostsze; duńskie zajęłyby za wiele miejsca.

istotnie wspaniałego gmachu. Wzniesiono go w dzielnicy sportowej Kopenhagi, tuż naprzeciw przepysznego Faelledparku z jego kilkunastu boiskami i niedaleko największej bodaj instytucji sportowej w Europie — Idraetsparku. Mnóstwo przestrzeni wolnej dokoła dozwoliło wyposażyć zakład nadto we własny, pokaźny stadjon tuż obok budynku, z krytą trybuną.

Gmach nowy odpowiada wszelkim, nawet wybrednym wymaganiom. Zupełnie oddzielnemu nauczaniu kandydatów płci obojej zawdzięcza parter i I. piętro podział na skrzydło męskie i żeńskie, mieszczące nietylko dwie sale gimnastyczne wraz z szatniami i natryskami, lecz i dwie sale wykładowe, dwie przebywalnie dla uczniów (wraz z kuchenką elektryczną na przyrządzenie herbaty w przerwie śniadaniowej) etc. Wspólnemi pozostały jedynie: bibljoteka, okazy i modele anatomiczne, nieurządzone jeszcze loboratorjum fizjologiczne, pokój nauczycielski, oraz oczywiście biura dyrekcji (i inspektoratu wychowania fizycznego w całym kraju). Na II. piętrze znajduje się mieszkanie dyrektora.

Styl budynku poważny i piękny. Na frontonie i w klatce schodowej ze smakiem dobrane kopje płaskorzeźb starogreckich. Wnętrza o barwach jasnych, wszędzie dużo światła i powietrza, czystość wzorowa. Nie zapomniano i o miejscu przechadzki w czasie przerw: służy jej obszerny taras na płaskim dachu każdej ze sal gimnastycznych.

Organizacja nauczania i metoda pozostały w zasadzie te same, jakie miałem sposobność poznać już przed laty dwudziestu. lecz w wielu szczegółach poczyniono godne uwagi postępy. Kandydaci, w liczbie dwudziestukilku mężczyzn i tyluż niewiast, rekrutują się przeważnie z pośród ukończonych seminarzystów; ci, którzy nie posiadają tego censusu, poddają się specjalnemu egzaminowi wstępnemu. Kursy są wyłącznie roczne i tylko kilkunastu studentów uniwersyteckich, słuchających wykładów prof. L i n d h a r d a patrz wyżej), uczęszcza na ćwiczenia cielesne w Instytucie w ciągu lat trzech lub czterech. Przygotowanie praktyczne ze seminarjum lub szkoły średniej jest tu tak dobre, a nauczanie w Instytucie tak intensywne, że według ogólnej opinji te kursy roczne zupełnie wystarczają jako wykształcenie nauczycieli ćwiczeń cielesnych dla szkół wydziałowych i średnich. Nieliczni absolwenci z wykształceniem uniwersyteckiem będą się nadawać na stanowiska kierownicze (inspektorów, wykładających w szkołach akademickich, etc.).

Co do programu nauczania, nasz roczny kurs w Poznaniu w znacznej mierze wzorował się na Kopenhadze, niema zatem wybitnych różnic pod tym względem[1]). Ta sama intensywna praca po 6 godzin dziennie, po połowie mniej więcej poświęconych teorji i praktyce. U nas poziom teorji stanowczo wyższy, dzięki oparciu o Uniwersytet, prowadzeniu, nawet na kursie rocznym, ćwiczeń antropometryczno-fizjologicznych i udziału w posiedzeniach seminaryjnych. W Kopenhadze znów, strona praktyczna stoi na poziemie u nas trudnym do osiągnięcia. Składają się na to różne czynniki. Najpierw, sprawność fizyczna i wyrobienie gimnastyczno-sportowe, jakie kandydaci przynoszą ze sobą ze szkół poprzednio przebytych. Powtóre, program według dzisiejszych pojęć zbyt jednostronny, ale zato dozwalający gruntowniej przerobić to, co zawiera. Do dziś prawie, program ten ograniczał się do gimnastyki, gier i pływania. U nas w Poznaniu, przeciwnie, uważamy za niezbędne także takie rzeczy, jak atletykę lekka, szermierkę i boks dla mężczyn, dla niewiast rytmikę i plastykę, oraz tańce narodowe, dla płci obojej zaś ćwiczenia harcerskie. Różnica w tym względzie zmniejszy się z czasem, gdyż, z jednej strony, Instytut kopen-

[1]) Świeżo założone kursy lwowskie, jak nas informują, też niewiele odbiegają od tego typu.

haski wprowadza z rokiem bieżącym większy wymiar sportów, u nas zaś, z drugiej strony, też może dojdziemy wkrótce do łączenia np. rytmiki lub tańców narodowych z lekcjami gimnastyki, jak się to czyni w Skandynawji. Wpierw jednak te mało znane ćwiczenia muszą stać się własnością każdej wychowawczyni fizycznej, na równi z gimnastyką.

Pod względem dwóch szczegółów będziemy wszelako musieli w najbliższej przyszłości pójść za przykładem duńskim. Pierwszy z nich, to czas trwania kursu. U nas kurs trwa od początku października do końca czerwca. Zdając sobie dobrze sprawę z krótkości tego czasu, zaprowadziliśmy zobowiązanie dla absolwentów do prowadzenia ćwiczeń cielesnych w obozach wakacyjnych bezpośrednio po kursie, a w r. 1922 nawet świadectwa kursowe rozdawano dopiero po obozach. Nie ulega jednak kwestji, że Duńczycy poszli drogą pewniejszą, przedłużając trwanie samego kursu do 11 miesięcy (od początku września do końca lipca). Jestem przekonany, że taka forma da się przeprowadzić i w Poznaniu w roku przyszłym, przyczem wrzesień będzie można poświęcić przedewszystkiem grom i ćwiczeniom harcerskim, zaś lipiec pływaniu i wiosłowaniu etc.

Takie przedłużenie kursu pozwoli nam też może w części choćby zbliżyć się do tej perfekcji, z jaką w Kopenhadze zorganizowano ćwiczenia metodyczne (w prowadzeniu lekcyj). Tamtejszy kandydat prowadzi codzień, jeśli nie całą klasę, to przynajmniej jeden z zastępów, na które dzieli się dziatwa przy ćwiczeniach na przyrządach. Lekcje takie odbywają się, od 15 września do 15 czerwca, po całych dniach dla dziatwy szkół pobliskich, częścią w Instytucie, częścią w samychże szkołach, pod nadzorem rutynowanych nauczycieli (dawnych uczniów Instytutu). Pod tym względem jesteśmy jeszcze daleko w tyle. Poznański kandydat przygląda się wprawdzie codzień lekcji, prowadzonej przez jednego z kolegów i bierze następnie udział w omówieniu tej lekcji, sam jednak prowadzi samodzielnie tylko kilka razy w ciągu kursu. I tu będziemy mogli wiele zmienić na korzyść, w miarę przybywania z rokiem każdym szkół, obsadzonych dobremi siłami fachowemi.

Gdy te reformy wprowadzimy, a nadto w całej pełni wyzyskamy korzyści, jakie daje oparcie instytucji o Uniwersytet, może mam się powiedzie zmniejszyć przestrzeń, dzielącą nas po dziś dzień od wzorów skandynawskich.

Eugenjusz Piasecki.

Nowe książki.

E. K r e t s c h m e r. **Körperbau und Charakter.** Untersuchungen zum Konstitutionsproblem und zur Lehre von den Temperamenten. III. Aufl. Berlin (Springer) 1922. Str. 195 w 8^0, 32 ilustr.

Charakter i budowa ciała stanowią to, co najlepiej wyróżnia jednego człowieka od drugiego. Na obydwie te cechy składa się też dość znaczna część zjawisk przedstawiających konstytucję, a więc ustrój danego człowieka, czyli sumę jego zadatków dziedzicznych. Otóż K r e t s c h m e r, jeden z najoryginalniejszych współczesnych psychjatrów niemieckich, postawił sobie za zadanie rozejrzenie się w stosunkach korrelacyjnych budowy ciała i charakteru oraz ustalenie ich typów. Za punkt wyjścia pracy obiera on sobie stwierdzenie t y p ó w b u d o w y p r z y d w ó c h n a j w a ż-

niejszych psychozach konstytucjonalnych: przy przychozie manjakalno-depresyjnej albo okrężnej i przy schizofrenji albo otępieniu wczesnem. Przy psychozach okrężnych powtarza się zwłaszcza typ „pykniczny", nacechowany przez dość silny rozwój obwodu głowy, klatki piersiowej i brzucha, dość obfitą tkankę tłuszczową na twarzy, szyji i tułowiu, krótką szyję, o jamie czaszkowej dość szerokiej i zaokrąglonej, pełnej twarzy i delikatnej budowie narządów ruchowych. Wśród schizofrenów typ ten jest rzadkością, spotyka się natomiast wśród nich najczęściej typ asteniczny, rzadziej atletyczny lub typ dysplastyczny (eunuchoidzi, wieżowatość czaszki, infantylizmy, hipoplazje). Wyniki te stwierdza autor na licznych przykładach, ilustrując je rycinami i omawiając szczegóły w sposób żywy i pociągający. Zarówno przy schizofrenji, jak i przy psychozie manjakalno-depresyjnej spotyka się jednak typy mieszane, mniej lub więcej zatarte, a nawet daje się napotykać niekiedy połączenie psychozy z odwrotnym typem budowy ciała (np. typ asteniczny w psychozie okrężnej). Wynika to, zdaniem Kretschmera, z pojęcia konstytucji, jako czegoś złożonego, na co się składa nie tylko budowa ciała i psychoza konstytucjonalna, ale także charakter i dziedziczność, (a więc cechy budowy ciała, charakter i psychozy u rodziny). Budowa ciała i psychoza nie stoją więc w bezpośrednim klinicznym stosunku do siebie, budowa ciała nie jest słowem objawem psychozy, lecz budowa ciała, psychoza, charakter i dziedziczność są objawami konstytucji, które do pewnego tylko stopnia są od siebie zależne.

W drugiej części swej książki rozpatruje Kretschmer budowę psychiczną różnych typów — temperamenty. Zdaniem jego dwie najważniejsze psychozy konstytucjonalne: psychoza manjakalno-depresyjna i dementia praecox stanowią jedynie krańcowy wyraz normalnych typów temperamentu. Psychoza manjakalno-depresyjna jest chorobliwym wyrazem jednej wielkiej normalnej kategorji temperamentów cyklotymików, podczas gdy schizofrenja jest jakby karykaturą wielkiej normalnej kategorji temperamentów schizotymicznych. Różnicę między temi dwiema kategorjami najlepiej może objaśnią typy, które wśród nich wyróżnia autor: wśród cyklotymików typ wesołego gaduły, spokojnego humorysty, cichego uczuciowca, wygodnego smakosza, dzielnego praktyka; wśród schizotymików typ wytwornego estety, obcego światu idealisty, zimnego despoty i egoisty, wreszcie oschłego i bezsilnego. Pomiędzy chorobą umysłową a stanami normalnie cyklo czy schizotymicznemi wyróżnia on jeszcze stany psychopatyczne: cykloidalne i schizoidalne. Wyraźnej granicy pomiędzy zdrowiem a chorobą dla Kretschmera zatem niema, a spostrzeżenia kliniczne służą mu za punkt wyjścia przy ujmowaniu całego bogactwa normalnych temperamentów wszelkich odcieni. Grupa cyklotymików rozpada się dalej stosownie do tego, czy danego osobnika cechuje raczej pogoda czy smutek, grupa schizotymików stosownie do tego, czy przeważa w nim wrażliwość czy chłód. Z ustosunkowań wzajemnych tych biegunowych sprzeczności w zakresie tego samego temperamentu, z różnic tempa psychicznego, zachowania się pod względem ruchowym każdego z tych temperamentów i mieszania zadatków konstytucjonalnych wyprowadza Kretschmer spostrzeganą mnogość charakterów. Zwłaszcza pięknie ilustruje swe wywody Kretschmer na typach osobowości genjalnych. Pod względem cielesnym odpowiada cyklotymikowi najczęściej typ budowy „pykniczny", schizotymikom typy asteniczne, atletyczne i dysplastyczne. Cyklotymicy, o ile zapadają na psychozę, przeważnie dostają psychozy manjakalno-depresyjnej, schizotymicy schizofrenji. Pierwsi przeważają w rodzinach, w których była psychoza manjakalno-depresyjna, drudzy przeważają w rodzinach, w których zdarza się schizofrenja.

Niepodobna zreferować całej bogatej treści tej pięknej książki. Mimo nazbyt śmiałych i upraszczających niekiedy pomysłów autora, jako próba szerokiego zużytkowania wiadomości klinicznych, biologicznych i psychologicznych książka ta musi zainteresować nie tylko klinicystę, ale również i psychologa, biologa czy wychowawcę, a nadto może stać się zachętą i posłużyć za punkt wyjścia dalszych badań.

Prof. **S. Borowiecki**, Poznań.

Ludwik Jaxa Bykowski. **Badania eksperymentalne nad znaczeniem współzawodnictwa.** Nr. 2 Prac psychologicznych, wyd. przez Komisję pedagogiczną Ministerstwa W. R. i O. P. pod redakcją J. Joteyko. Warszawa 1923, str. 79.

Posługując się metodą dynamometryczną, testem dodawania Kraepelina, testem, w którym chodziło o porównanie dwóch podobnych obrazów, metodą, polegającą na komponowaniu oryginalnej sentencji czy aforyzmu, które prócz głębokości myśli powinny były posiadać także formę jak najpiękniejszą, i licznemi innemi testami, zbadał Bykowski 744 osób (przeważnie uczniów ze szkół średnich) ze względu na zjawisko współzawodnictwa. Autor przeprowadzał badania z tego samego rodzaju zadaniami w dwóch serjach w ten sposób, że w jednej serji pracowano bez świadomości wyniku ze strony badanych, w drugiej zaś publicznie, z ogłaszaniem wyniku, a czasem i z zachętą do uzyskania rekordu. Pracowano parami albo w grupach mniej lub więcej licznych.

Z badań Bykowskiego wynika, że współzawodnictwo jest czynnikiem wpływającym potężnie na produkcję energji fizycznej i umysłowej. Wpływ ten jest w znacznej większości przypadków dodatni i choć zaznacza się u ogółu, to jednak jest zazwyczaj najsilniejszy u średnich i słabych. Niezmiernie interesującym jest wynik, że w porównaniu z Niemcami, u których najlepsi niemal zawsze tylko tracą, najlepsi Polacy okazują skutkiem współzawodnictwa pewną zwyżkę w produkcji. „Świadczy to — pisze Bykowski — że u nas nawet najlepsi nie pracują „pełną parą", że w razie dostatecznego bodźca są zdolni do zwiększenia produkcji, fakt pierwszorzędnego znaczenia w praktyce pedagogji". Tę właściwość podnoszenia się sprawności przy zbiorowych zawodach uważa Bykowski za właściwość plemienną, objawiającą się z jednej strony w trudnem zgraniu się zbiorowisk, w których każda jednostka zachowuje swą indywidualność, a z drugiej strony w możności dokonania cudów w razie niezwykłej potrzeby.

Wielce oryginalnym był pomysł zbadania, czy typy antropologiczne wyróżnione na ziemiach polskich przez Jana Czekanowskiego w pracy „Z badań nad uwarstwowieniem etniczno-społecznem Polski" (Prace Komisji matematyczno-przyrodniczej Towarzystwa Przyjaciół Nauk w Poznaniu, 1921) podlegają w różnym stopniu wpływowi współzawodnictwa. Okazało się, że typ północny α jest najmniej podatny na dodatni wpływ współzawodnictwa. Ten typ północny (wysoki, długogłowy blondyn stanowiący zrąb ludności w Wielkopolsce, na Pomorzu i przytykających ziemiach Kongresówki, ale nie rzadki i w innych okolicach, zwłaszcza na kresach południowo-wschodnich i północno-wschodnich) jest najbardziej zbliżony do Niemców. Przeciwnie typ sarmacki czyli typ γ (jasny blondyn krótkogłowy), jakkolwiek jest to typ o wielkiej rozmaitości i niezwartości, wykazuje znaczne podniesienie wyników pracy pod wpływem współzawodnictwa. Również typ presłowiański czyli β (ciemny blondyn, niski, średniogłowy, o kwadratowej twarzy) jest bardzo wrażliwy na dodatni wpływ współzawodnictwa. Oba te typy są charakterystyczne dla mazowieckiej i kresowej szlachty, impul-

sywnej, ambitnej, pełnej fantazji, ale mniej wytrwałej w szarej pracy i częstokroć leniwej mimo wybitnych zdolności. Typ dynarski (wysoki, silnie krótkogłowy brunet, częsty zwłaszcza wśród Hucułów i Ukraińców) dał wyniki rozbieżne, wymagające dalszych badań.

Praca Bykowskiego stanowi bardzo cenny dorobek psychologiczny dlatego, że łączy w sobie ścisłość naukową z inwencją i polotem myśli. Badania te powinny stać się pobudką do wykonania analogicznych poszukiwań w dziedzinie sportów, w której współzawodnictwo odgrywa bardzo doniosłą, bezpośrednio objawiającą się i skutkiem tego stosunkowo łatwo uchwytną rolę. Byłoby rzeczą bardzo pożądaną, ażeby, idąc za Bykowskim, zbadano zjawisko współzawodnictwa w sporcie, opierając się na wyróżnionych przez Czekanowskiego grupach antropologicznych. W ten sposób możnaby coraz głębiej dotrzeć do typowych struktur psychologicznych poszczególnych grup antropologicznych, nie mówiąc już o tem, że tego rodzaju badania mogłyby zarazem potwierdzić trafność wyróżnionych grup antropologicznych. W każdym razie otwierają się tu szerokie horyzonty dla naukowo ufundowanej psychologji ras i narodów.

Prof. S. **Błachowski**, Poznań

R. W. Schulte. **Die Rolle des Beobachtungsbogens bei der Auslese der Begabten.** (Zur Zusammenarbeit von Psychologie und Schule). Langensalza, H. Beyer u. Söhne, 1923, str. 23.

Autor wykazuje, że kwestja selekcji psychologicznej w szkole i doboru zawodowego na podstawie uzdolnień nie może być jednostronie rozstrzygnięta przez pedagogów, których ocena opiera się prawie wyłącznie na wynikach osiągniętych przez uczniów w szkole, lecz powinna również zasadzać się na psychologicznem badaniu uzdolnień, zwłaszcza uzdolnienia intelektualnego. Takie badanie psychologiczne, określając chwilowy stan uzdolnienia, ma jednak nietylko wartość diagnostyczną, lecz także wartość prognostyczną, gdyż, jak wynika z dotychczasowych doświadczeń, istnieje wysoka współzależność pomiędzy wynikami badania psychologicznego a wynikami osiągniętemi w życiu praktycznem.

Jako podstawę dla badania psychologicznego zaleca autor arkusze obserwacyjne, które są na tyle dokładnie ułożone, że osoba badająca ma możność uwzględnienia wszystkich ważniejszych zdolności badanego osobnika. Autor przytacza własny, obszerny arkusz obserwacyjny, używany już przez szereg poradni zawodowych, szkół, laboratorjów psychotechnicznych i t. d. Arkusz ten zawiera dane, tyczące się personaljów, wyników szkolnych, stanu zdrowotnego, wrażliwości, uwagi, pamięci, zakresu wyobrażeń, inteligencji, uczuć, woli, zdolności do pracy, specjalnych zdolności (do matematyki, muzyki i t. d.) i charakteru.

Posługiwanie się arkuszem obserwacyjnym Schultego wymaga naukowego psychologicznego wykształcenia i doświadczenia w praktyce. Praca Schultego wprowadza nas tylko w problematykę badań przy pomocy arkuszów obserwacyjnych; po szczegółowe metody natomiast odsyła autor czytelnika do fachowej literatury.

Prof. S. **Błachowski**, Poznań

Dr. K. Secher. **Idraettens hygieine** (Higjena sportu). 2. opl. Kobenhavn (J. Lund) 1919. Str. 79 in 8⁰, 15 ilustr.

Dopiero niedawno zwrócono naszą uwagę na tę doskonałą książeczkę, pospieszamy zatem z jej oceną, choć nieco spóźnioną. Ze wszystkich znanych nam

dzieł tego rodzaju, podręcznik dra S e c h e r a najlepiej odpowiada potrzebom trenującego sportowca, tak co do skromnych rozmiarów (sportowcy rzadko lubią dużo czytać!), jak co do bogatej treści, i wreszcie jasnego i prostego sposobu przedstawienia rzeczy.

Na wstępie autor mówi o znaczeniu higjenicznem sportu. Następny rozdział traktuje o wieku, w którym można zaczynać trening sportowy, oznaczając, bardzo słusznie, jego dolną granicę na 20 lat życia. Trzeci rozdział poświęca żywieniu w czasie treningu, używkom (wykluczając zupełnie alkohol i tytoń) i badaniu ciężaru ciała. Następuje higjena skóry; dalej wpływ treningu na mięśnie, kości i stawy (oraz masaż sportowy), na narządy krążenia i oddechu, na układ nerwowy. Nakoniec zajmuje się wynikami treningu i jego kontrolą, oraz higjeną pomieszczeń sportowych.

Całość świadczy chlubnie o gruntownej wiedzy teoretycznej autora i o jego wieloletniem doświadczeniu w charakterze lekarza sportowego (specjalność u nas zaledwie kiełkująca). Naszym sportowcom przydałby się bardzo polski przekład, do wydania którego otrzymaliśmy zresztą upoważnienie d-ra S. (ze zrzeczeniem się honorarjum autorskiego, wobec naszych trudności walutowych).

P.

Dr. P. C a r t o n. **La Cure de Soleil et d'Exercices chez les Enfants.** Paris. A. Maloinę et Fils, 1923. Str. 104, ilustr. 60.

Najważniejszą zaletą książki jest przekonanie jakiego się nabiera po jej przeczytaniu, że autor napisał ją na podstawie wyłącznie osobistych spostrzeżeń i doświadczeń, jakie miał możność zdobyć będąc kierownikiem zakładu w Brévannes, przeznaczonego dla leczenia dzieci słońcem, powietrzem, wodą i ćwiczeniami cielesnemi.

Pierwsze trzy rozdziały książki stanowią jej część ogólną; dwa pierwsze wykazują konieczność poprawy rasy i jej uzdrowienia, do czego w pierwszym rzędzie przyczynić się mają „czynniki naturalne życia i zdrowia", jak autor słusznie nazywa słońce, powietrze, wodę i ćwiczenia cielesne. Rozdział trzeci, pod tytułem „organizm dziecięcy" wbrew tytułowi mało mówi o właściwościach wieku dziecięcego, czego należało się spodziewać. Uwzględnia je tylko w krótkości na ostatniej stronie tego rozdziału. Ta część teoretyczna ma według mnie tę wadę, że jest niepotrzebna dla ludzi obznajmionych z poruszanemi zagadnieniami, a wątpię by mogła przekonać opornych lub nieświadomych.

Również i teoretyczne wycieczki, jakie czyni autor w drugiej części swej książki nie zawsze są szczęśliwe. Uzasadniając n. p. konieczność intensywniejszego naświetlania pleców w porównaniu z przednią częścią ciała, autor powołuje się na to, że wszystkie zwierzęta są ciemniejsze na grzbiecie niż na brzuchu, zapominając zupełnie o odmiennem położeniu ciała ludzi i zwierząt. Trudno się też zgodzić na tak nieścisłe określenia ustrojów dziecięcych jak: „Dzieci nerwowe, które mają skórę szarawą, a zwłaszcza dzieci żółciowe o skórze brunatnej." Podkreślając słusznie konieczność pożywienia jarskiego, zwłaszcza we wieku dziecięcym, autor maluje w zbyt czarnych kolorach szkodliwości powstałe ze spożywania mięsa, nazywając je pożywieniem przeciwnem fizjologji i instynktowi ludzkiemu. Do szkodliwości tych zalicza autor poza innemi ogólnie uznanemi również: rozwijanie nadmiernej i niezdrowej pobudliwości, niemoralne nawyknienia i napady złości.

Dalej, można się zgodzić z autorem, że leczenie słońcem, powietrzem i wodą powinno, zwłaszcza w pedjatrji, usuwać na plan drugi w bez-

względnej większości przypadków leczenie farmaceutyczne, jednakże twierdzenie jego, jakoby należało unikać „zatrucia ustroju dziecka przez podawanie tranu" jest absolutnie niedopuszczalne i osłabia tylko niepotrzebnie zasadniczo słuszne stanowisko autora.

W drugiej części książki znajdujemy opis stosowanej przez autora metody, naświetlania słońcem oraz zmodyfikowanego przez niego systemu ćwiczeń cielesnych Héberta. Poprawki tego systemu idą w kierunku upodobnienia do systemu Linga (z czego autor sobie nie zdaje sprawy) i umożliwiły jego zastosowanie w wieku dziecięcym.

Zajęcie się autora tą dziedziną wychowania fizycznego i jej propagowanie, należy mu policzyć za wielką zasługę i życzyć by zakłady tego rodzaju powstawały u nas w jak największej liczbie.

Prof. **K. Jonscher.**

M. Germanówna. **Gimnastyka w szkole powszechnej.** Wyd. 3. Lwów (K. S. Jakubowski) 1924, str. 122 w 16-ce, 121 ilustr.

Trzecie wydanie tej książeczki, które pojawiło się w tak krótkim czasie, bo w przeciągu niespełna dwóch lat, wskazuje najlepiej, jak wielkie było zapotrzebowanie takiego właśnie podręcznika w naszem ubogiem na tem polu piśmiennictwie. Podręcznik ten oddaje od pierwszej chwili wielkie usługi całym zastępom nauczycielstwa, które wobec rozporządzeń M. W. R. i O. P., wprowadzenia obowiązkowej nauki gimnastyki na wszystkich stopniach nauczania powszechnego, nie mogło sobie poradzić z nowemi planami i nowemi metodami.

P. Marja Germanówna, zasłużona długoletnia nauczycielka seminarjum, obznajomiona doskonale z metodami prowadzenia ćwiczeń cielesnych, z psychologją dziecka, z trudnemi warunkami naszych szkół, czerpie, jak sama o tem w przedmowie wspomina, z doświadczeń zagranicy i tak np. w części I. ogólnej z urzędowego podręcznika do szkół powszechnych w Anglji: „*Syllabus of physical exercises*", w części II., t. j. w układzie wzorów lekcyjnych z prac znanej szwedzkiej reformatorki gimnastyki dziecięcej Elin Falk. Myliłby się jednak ten, ktoby przypuszczał, że jest to ślepe naśladownictwo wzorów obcych. Jest to rzecz głęboko przemyślana, doskonale dostosowana do naszych warunków. Autorka liczy się z tem, że u nas kultura fizyczna jest dopiero w swem zaraniu, nie jak w Szwecji, gdzie ma za sobą przeszło stulecie, że należy u nas uczyć nietylko młodzież, ale i nauczycieli, a to osiągnie się tylko łatwemi, prostemi metodami. Podręcznik stosuje z wielką starannością stopniowanie, tak w obrębie poszczególnych ćwiczeń, jak i całych wzorów lekcyjnych, opisuje postawy, wskazując równocześnie, w jaki sposób należy je przybierać. Tę jednak część należałoby rozszerzyć i uzupełnić opisem najważniejszych błędów, które łączą się prawie zawsze z każdem trudniejszem ćwiczeniem, a które prowadzącemu trzeba wykazać, pouczając go równocześnie, jak ich unikać należy. Tak np. podpór boczny na ławeczce lub drabinkach str. 106, zastosowany w lekcji bez należytego objaśnienia, tylko według ryciny, może stać się rzeczą wątpliwej wartości. Szkoda także, że autorka w tem najnowszem wydaniu swego cennego podręcznika nie zamieściła kilku choćby przykładów lekcyj o treści ciągłej, tak zwanych legend ruchowych, które pozwalają dzieciom, według słów Elli Björkstén, „żyć w ich własnym świecie, w ich własnym kraju przeżyć i fantazji", a które mają wprowadzić młodzież w umiejętność zabawy. Następne wydanie, które zapewne nie da długo na siebie czekać, uwzględni te małe niedomagania, wprowadzi pewne uzupełnienia i da nam całość skończoną, będącą cennym nabytkiem w ręku nawet mniej wyszkolonych wychowawców.

J. Mayówna, Kraków.

E l l i B j ö r k s t é n. **Kvinnogymnastik.** Część II. Str. 470. ryc. 289. Helsingfors. 1923. (Holger Schildt).

Autorka wydała część II swej pracy w pięć lat po części I. E. B. należy do nauczycielek o wyjątkowem doświadczeniu praktycznem, lecz wiele pisać nie lubi. Mimo to, a może właśnie z tego względu, praca jej przedstawia ogromną wartość pedagogiczną, gdyż wszystko co pisze, opiera się na gruntownem doświadczeniu praktycznem.

W części drugiej swej pracy podaje zasób materjału ćwiczebnego dla wieku 8—13 lat rozłożony według stopnia trudności na cztery lata, a rozmieszczony w następujących rodzajach ćwiczeń: ćwiczeniach porządkowych, nóg, ramion, głowy i szyji, grzbietu, brzucha, naprzemianstronnych tułowia, równoważnych, chodzie i biegu, zwisach i skokach wolnych i mieszanych. We wszystkich prawie tych rodzajach ćwiczeń rozróżnia ruchy o formach zabawowych i formach kształtujących. Prócz tego uwzględnia ćwiczenia wyrabiające zdolność koordynacyjną i poczucie rytmu; stara się również o ruch swobodny drogą przeciwdziałanie sztywności w mięśniach i stawach. Wszystkie ćwiczenia opisuje dokładnie i w sposób wykluczający jakąkolwiek wątpliwość. Dobór ćwiczeń odpowiada potrzebom fizjologicznym i duchowym każdego wieku. Jakkolwiek zasób materjału przypomina pozornie znane osnowy p. Elin F a l k, to jednak książkę tę, dzięki uwagom praktycznym, wszechstronnemu oświetleniu i jaśniejszemu ujęciu w uzasadniony schemat programów, możemy postawić wyżej.

Autorka nie zapowiada z góry, jak obszerną będzie jej praca w całości; można się jednak spodziewać z jej dotychczasowego zakroju, że obejmie jeszcze dwa dalsze tomy, a mianowicie: 1) zasób materjału do 18 roku życia i 2) po latach ośmnastu. Odda ona ogromne usługi, gdyż E. B. łączy długoletnie doświadczenie praktyczne z nowoczesną wiedzą oświetlającą wychowanie fizyczne dziewcząt i kobiet ze stanowiska fizjologij, psychologji i pedagogji.

W. Sikorski.

K. A. K n u d s e n. **Laerebog i Gymnastik** for Seminarier. II wyd. Kopenhaga (J. Frimodt). Str. 372, ryc. 204.

Autor uzupełnił wydanie pierwsze niektóremi ćwiczeniami zaczerpniętemi z metody N. B u k h a. W wydaniu tem, podobnie jak w pierwszem, dał autor krótki wstęp historyczny, omówił cel wychowania fizycznego, naczenie gimnastyki w wychowaniu oraz sposób jej prowadzenia, oraz podał zasób materjału ćwiczebnego z opisem poszczególnych ćwiczeń. Ta ostatnia część podręcznika jest dla przyszłych nauczycieli najcenniejszą. Autor bowiem nietylko podaje dokładny opis ćwiczeń i rozkazy na ich wykonanie, nietylko ilustracje poprawnej postawy, lecz także uwzględnia w ilustracjach postawy wadliwe. Prócz tego podaje w sposób bardzo poglądowy pracę grup mięśniowych w czasie różnych typowych rodzajów ćwiczeń, uwydatniając w ilustracjach grupę mięśni, powodujących dany ruch. Z zabaw i gier uwzględnia autor tylko te, które dadzą się wpleść w programy lekcyjne, Podręcznik ten przedstawia wysoką wartość metodyczną i z tego stanowiska go oceniając, można śmiało rzec, że jest najlepszym podręcznikiem do gimnastyki dla seminarjów nauczycielskich (nie wyłączając z innych względów bardzo poważnej pracy L. M. T ö r n g r e n a).

W. Sikorski.

O. A. O t t a r. a) **Gymnastik paa Skolepladsen.** str. 47. b) **Gymnastik,** 13 **Dagsövelser** for Folkeskolens Drenge str. 104. Charlottenlund. (Andersen).

Pierwsza praca zawiera 12 osnów lekcyjnych dla szkół wiejskich, druga 18 takich osnów dla szkół miejskich. Obie są zgodne z zadaniami głoszo-

nemi przez K. A. Knudsena, E. Falk i E. Björksten. Osnowy te zaopatrzone są dokładnym opisem ćwiczeń, wobec czego, jakkolwiek bez rycin, są należycie zrozumiałe. Brak jednak rycin utrudnia orjentację w szczegółach, a także pogląd na całość.

Pomimo tego braku osnowy lekcyjne są dobrym środkiem pomocniczym dla nauczycieli gimnastyki w szkołach powszechnych.

W. S.

M. Posadzowa. **Gry ruchowe dla małych dzieci.** Poznań. (Nakł. księgarni Św. Wojciecha). Str. 56 w 16°.

Autorka zaczerpnęła prawie wszystkie gry podane tutaj z podręcznika dra Piaseckiego (Gry i zabawy ruchowe dzieci i młodzieży). Podręcznik ten jest dziś już bardzo dobrze znany i uznany przez szerokie koła nauczycieli praktyków, to też nie jest zasługą autorki zebranie i powtórzenie znanych zabaw, ale raczej podanie nader cennych wskazówek metodycznych. Z wskazówek tych widnieje gorąca miłość małych dzieci i znajomość ich duszy. W następnem wydaniu książeczki należałoby wskazówki te znacznie rozszerzyć a natomiast pominąć gry takie jak „Trzeciak", „Poczta" jako zbyt trudne dla dzieci w tym wieku, lub niehigjeniczne jak: „Chusteczka jedwabna" i „Obrączka".

M. Germanówna, Lwów.

M. Posadzowa. **Pierwsze śpiewki dla małych dzieci.** Poznań. Nakł. księgarni Św. Wojciecha. Str. 50.

Książeczkę tę z radością powitają nauczycielki małych dzieci, gdyż brak jej dawał się bardzo odczuwać w ochronach.

Wybór piosenek dobry z wyjątkiem dwóch a mianowicie „Żyd" i „Kuł kowal", przeciw którym pedagogowie mogą podnieść słuszne zarzuty.

Wskazówki metodyczne jak i w poprzedniej książeczce bardzo dobre.

M. Germanówna, Lwów.

E. v. Carstensen. **Svómning.** Kapenhaga 1923. (H. Aschenoug & Co). Str. 72, rys. 79.

Jest to podręcznik do nauki pływania opracowany pod względem metodycznym bez zarzutu. Autor uwzględnia suche pływanie wykonane w leżeniu, staniu i zwisie oraz obronę przed chwytami tonących, sposoby ratowania tonących, pływanie na piersi, na wznak, Crawlem na piersi i na wznak, a także skoki do wody i nurkowanie. Prócz tego poświęca kilka stron sposobom ratowania w czasie załamań się. Autor uwzględnia nauczanie w większych zespołach.

Wydawnictwo pod względem zewnętrznym (papier, druk) wzorowe, ryciny dokładne i bez błędów.

W. S.

Por. W. Zarzycki. **Nauka pływania.** Wstęp dra med. W. Osmólskiego. Warszawa 1923. (Wojskowy Instytut Naukowo Wydawniczy). Str. 114, rycin 52.

Podręcznik ten jest pierwszym podręcznikiem w języku polskim uwzględniającym metody pływania stosowane w krajach, w których sport ten znajduje się na wyższym szczeblu swego rozwoju. Uwzględnia więc nietylko metodę uczenia na cztery tempa, lecz także ratowanie tonących, oraz pływanie „Trudgeonem" i „Crawlem". Zresztą opracowany jest podobnie jak „Svómning" Carstensena, jakkolwiek — ze względów walutowych zapewne — znacznie skromniej.

Okoliczność ta nie może jednak wpłynąć na właściwą wartość podręcznika, który ze względu na swe walory metodyczne i na wskazówki praktyczne (wskazówki dla początkujących, niebezpieczeństwa i t. d.) odda rzetelne usługi.

W. S.

Henryk Glass. **Harcerstwo jako czynnik odrodzenia narodowego.** Warszawa, 1923. Str. 15, w 8-ce.

Cenna broszura kilkanastostronicowa omawia najistotniejsze i najżywotniejsze zagadnienia odrodzenia narodowego przez Harcerstwo. Oparcie się na pierwowzorach i doświadczeniach angielskich (kolebki ruchu skautowego) i dostosowanie do naszych narodowych potrzeb ujęto bardzo trafnie. Ciekawe są tablice, włączone w tekst broszurki, a dające dokładny, treściwy i nader przejrzysty obraz całokształtu pracy harcerskiej. Pierwsza z nich podaje braki i środki zaradcze życia społecznego, druga dotyczy właściwości charakteru i wreszcie trecia zawiera podstawowe cnoty dobrego obywalela. Przestudjowawszy te tablice, każdy czytelnik musi śmiało i otwarcie powiedzieć, że Harcerstwo doprawdy jest bardzo poważnym czynnikiem w odrodzeniu narodowem. Nietylko powinien ją mieć każdy instruktor, ale winna znaleźć się w ręku wszystkich opiekunów drużyn oraz w bibljotekach nauczycielskich.

M. W.

Z czasopism.

Antropometrja i fizjologja.

R. M. Culler. **Znaczenie pomiarów obwodu klatki piersiowej w poziomie brodawek sutkowych.** (Mil. Surg. t. 46, s. 646—50. 1920.)

Autor stwierdza na podstawie licznych badań, że pomiary obwodu klatki piersiowej w poziomie brodawek sutkowych nie są dobrym wskaźnikiem sprawności płuc. Nieraz źle rozwinięci mężczyźni wykazują przy takich pomiarach większy obwód klatki piersiowej, niż dobrze zbudowani. Na obwód bowiem w wysokości 5-go żebra nie ma wpływu oddychanie przeponowe, od którego w znacznej części zależy pojemność płuc. Autor radzi mierzyć obwód klatki piersiowej w poziomie wyrostka mieczykowatego, ponieważ miejsce to znajduje się poniżej wielkich mas mięśniowych (m. piersiowy większy i mniejszy, m. najszerszy grzbietu), odpowiada największym masom płuc i ulega wpływom oddychania przeponowego.

F. B. Talbot, L. T. Brown. **Mechanika cielesna i jej związek z niektóremi zaburzeniami jelitowemi.** (Ar. pediatr. t. 37, s. 394—5. 1920).

Nieodpowiednie ćwiczenia cielesne u dzieci mogą bardzo utrudniać normalne funkcje organów jamy brzusznej. Autor spostrzegał wywołaną przez te ćwiczenia skłonność do wymiotów, przewlekłe zaparcie stolca i ostre bóle brzucha. Przypadłości te leczą się bardzo łatwo i szybko przez korekcję postawy. Jak z tego widać, ma postawa wybitny wpływ na układ trawienny.

Dr. M. Boigey. **Wzmożenie wymiany gazów w płucach i krzywa wydajności fizjologicznej podczas pracy mięśniowej.** (Revue Médicale d'Education Physique et de Sport, 1923).

Autor podaje metodę kontroli i dozowania ćwiczeń cielesnych na podstawie wyników badania wymiany gazowej organizmu podczas pracy mięśnio-

wej. Przy badaniach obliczano ilość tlenu, pochłanianego w minucie, ilość CO_2, wydalanego w minucie, przewietrzanie płuc i współczynnik oddechowy $\left(\frac{\text{Obj. wydzielonego } CO_2}{\text{Obj. pochłoniętego tlenu}}\right)$. Jeżeli współczynnik ten jest większy niż 1, wskazuje to na znaczne natężenie wymiany oddechowej. Liczne doświadczenia wykazały, że zapasy, pływanie, szybkie biegi, biegi na średnią i dłuższą metę oraz boks angielski wywołują maksymalny wzrost procesów przemiany materji; mniejsze natężenie wymiany gazowej wywołuje boks francuski, wioślarstwo, niemiecka gimnastyka przyrządowa i rugby; tenis, kolarstwo, piłka nożna, zajmują trzecie miejsce, na ostatniem zaś stoi regulaminowa lekcja gimnastyki lub tak samo długo trwające: partja piłki latającej i marsz drogowy z obciążeniem 30 kg. Stwierdzono przytem, jeszcze raz, że osobnik wytrenowany pracuje bardziej ekonomicznie od niewytrenowanego.

Dr. **W. Missiuro.**

Dr. R. L a u f e r i pna M. J o u a u n e a u. **O badaniu sprawności płuc.** Próba analizy zdolności oddechowej. (La médecine scolaire, Paryż 1923).

Przy zastosowaniu nieco odmiennej metody badania u dzieci w wieku 12—14 lat, autorzy podają kilka ciekawych obserwacyj, dotyczących zdolności funkcjonalnej oddychania, która według ostatecznych wywodów powinna najlepiej świadczyć o wszechstronnym rozwoju jednostki, t. zn., że osoby o dobrym stanie ogólnym posiadają najlepszą czynność oddechową; zauważono przytem, że doskonałość tej czynności częściej jest związana ze zręcznością i wyższym stopniem władz umysłowych, aniżeli z siłą mięśniową (oczywiście przy uwzględnieniu normalnego stanu płuc). Przy porównaniu danych spirometrycznych jednostki o poziomie intelektualnym wyższym z jednostkami mniej rozwiniętemi umysłowo, otrzymuje się na ogół dość znaczne różnice na korzyść pierwszych, wykazujących również większą zdolność uwagi. Odwrotnie, nierozwinięte umysłowo osobniki wykazują po większej części niższe liczby spirometrji.

Duże dane spirometryczne przy pojedyńczym wydechu nie zawsze są wskaźnikiem wysokości wysiłku, do jakiego badana jednostka jest zdolna; również jeśli robi się przerwy 10—15 sek., to tem samem daje się możność odpoczynku i wraca się do danych pojedyńczego wydechu. Wobec tego zastosowana była metoda badań, polegająca na notowaniu danych spirometrycznych, branych przy maximum wydechu 4—5 razy przy 5 sekundowych przerwach, co daje pewien obraz wytrwałości jednostki i wykazuje zwykle pewne wahanie krzywej.

Na podstawie tej metody badania autorzy rozróżniają cztery typy oddechowe:

1) najlepszy, przy najmniejszych wahaniach krzywej;
2) typ oddychanla, wskazujący liczby nieregularne;
3) oddychanie nie tylko nieregularne, lecz dające ostatnią lub 2 ostatnie liczby znaczne niższe od pierwszej;
4) oddychanie, którego dane spirometrycznie są zbyt niskie dla określonego wieku.

Pierwszy rodzaj oddychania spotykano przeważnie u dzieci o zespole zdolności najwyższym. Następne typy oddychania wykazują dzieci o niższym rozwoju somatycznym i umysłowym. Zaobserwowano u kilku jednostek o stałych danych spirometrycznych większą wytrzymałość i zdolność do mniej więcej intensywnego i trwałego wysiłku, podczas gdy jednostki, uzyskujące liczby wysokie na początku badania, skłonne są przeważnie do wysiłku jednorazowego. Stąd wniosek, że średnie dane spirometrji nie mają przypisywanej im wartości, gdyż żywotność jednostki przy danych 4 litry

3 litry, 2 litry i 1 litr, nie jest równa takowej jednostki o spirometrji, wykazującej 4 razy po 2½ litra, wtenczas, gdy średnia tych danych w obu wypadkach jest równa.

Wartość analityczna doświadczeń podnosi się, o ile stosować je kilka razy i obserwować, jak zmienia się pojemność życiowa pod wpływem ćwiczeń cielesnych. U niektórych daje się zaobserwować ogólne podniesienie liczb spirometr., inni zaś regulują wysiłek w ten sposób, że wykazują liczby stopniowo większe (jednostki te można zaliczyć do typów oddechowych lepszych); posiadający zaś liczby niestałe, regulują w następnych próbach swoją krzywą oddychania. Te badania i porównanie zdolności dynamicznej jednostek o różnych danych spirometrycznych stwierdzają również, że wartość oddechowa jest wyższa przy obecności umiejętnego dostosowania i regulacji wysiłku funkcjonalnego do przeznaczonej pracy, kiedy jednostka potrafi opanować oddychanie i utrzymać równowagę procesów biochemicznych w ustroju.

Dr. W. Missiuro.

Medycyna szkolna.

Jules Renault i Pierre-Paul Lévy. **O nowym sposobie szczepienia przeciwdyfterytycznego.** (La médecine scolaire, 1923). Autorowie, idąc w ślady uczonych amerykańskich Parka i Zinghera, czynili próby nad uodpornieniem czynnem. Tak, jak poprzednicy, stosowali injekcje mieszaniny toksyny i antytoksyny, ale z tą zmianą, że sporządzali mieszaninę bezpośrednio przed użyciem i że antytoksyna była w nadmiarze. Doświadczenia, robione na świnkach morskich, wykazały, że: 1) injekcje w odstępach kilkuminutowych najpierw antytoksyny, a potem toksyny zwierzęta znoszą źle (giną lub chorują), 2) natomiast injekcje mieszaniny dwu tych płynów znoszą zupełnie dobrze. Do injekcyj, stosowanych na materjale ludzkim, używali autorowie mieszaniny 1 cm^3 roztworu toksyny i 0,5 cm^3 roztworu surowicy przeciwdyfterytycznej. W płynie tym na 50 jednostek toksyny wypadało 50 jednostek antytoksyny, z których każda mogła zobojętnić 100 jedn. toksycznych. Robiono 3 razy injekcje podskórne co 8 dni. Skutki szczepienia były badane przy pomocy t. zw. dyfteryno-reakcji. Badania te wykazały, że podczas pierwszych 15 dni po szczepieniu występuje uodpornienie bierne wskutek działania antytoksyny, poczem znika; następnie zjawia się uodpornienie czynne w 2—4 miesięcy u połowy szczepionych, w 4—6 miesięcy u wszystkich. Badania wykonano na razie u 32 osobników.

Autorowie sądzą, że są na najlepszej drodze do odkrycia metody szczepienia przeciwdyfterytycznego prostej, skutecznej i wolnej od niebezpieczeństw.

Z Towarzystw, Instytucyj i Zjazdów.

Zjazd wizytatorów higjeny i wychowania fizycznego.

W Wydziale higjeny szkolnej Ministerstwa Oświecenia odbył się 9 września 1923 r. zjazd wizytarorów higjeny i wychowania fizycznego kuratorjów.

Przedmiotem narad były następujące kwestje: sprawowanie ogólnego nadzoru higjenicznego nad stanem sanitarnym lokali i urządzeń szkolnych organizacja, kierownictwo i kontrola nad stanem opieki higjeniczno-lekarskiej w szkołach i zakładach wychowawczych okręgu; organinizowanie pomocy

lekarskiej i dentystycznej dla niezamożeej młodzieży szkolnej, organizowanie, kierownictwo i kontrola nad stanem wychowania fizycznego w szkołach, opieka społeczna na terenie szkoły i wreszcie stosunek lekarzy szkolnych do lekarzy urzędowych zdrowia publicznego.

Celem zjazdu było podzielenie się uwagami, jak sprawy powyższe stoją w poszczególnych kuratorjach, jakie wytyczne należy przyjąć w postępowaniu na przyszłość.

Z toku dyskusji okazało się, że organizacja opieki higjeniczno-lekarskiej oraz pomocy dentystycznej nalepiej stoi w okręku szkolnym warszawskim, łódzkim i białostockim, że znaczny postęp w rozwoju tej organizacji poczyniły Okręgi Szkolne: wileński, lwowski, krakowski i poznański. Brak sił lekarskich i dentystycznych na Pomorzu sprawę zorganizowania tej opieki w szkołach w okręgu szkolnym pomorskim utrudnia. Brak funduszów nie pozwala na uruchomienie poradni szkolnych zwłaszcza w większych miastach w dostatecznej liczbie. Stwierdzono wyraźne wysiłki dyrekcyj szkół w celu należytego postawienia sprawy wychowania fizycznego. Projektowane przez Ministerstwo podniesienie opłat na fundusz zabaw i gier rnchowych do 2 złotych polskich od ucznia sprawę tę winno znacznie pchnąć naprzód. Bardzo celowem okazało się powołanie w niektórych kuratorjach (Lwów, Kraków) specjalnych referentów wychowania fizycznego, będących jednocześnie instruktorami ćwiczeń cielesnych. Stwierdzono wielki brak sal gimnastycznych w szkołach w b. dzielnicy rosyjskiej i na terenie Małopolski. Zaznaczono jednak dość duży ruch w kierunku pozyskiwania terenów boiskowych przez dyrekcje szkół i coraz lepsze zrozumienie tych spraw przez gminy miejskie.

W celu dokładnego zaznajomienia się ze stanem wychowania fizycznego młodzieży szkolnej Ministerstwo projektuje rozesłanie do szkół specjalnego kwestjonarjusza.

W sprawach ogólno-sanitarnych, w sprawach zwalczania epidemij w szkołach, wizytatorzy higjeny szkolnej w kuratorjach mają się porozumiewać z wojewódzkiemi lub powiatowemi urzędami zdrowia publicznego w celu uzgadniania zarządzeń.

Z posiedzeń lekarzy szkolnych przy Wydziale Higjeny Szkolnej Ministerstwa W. R. i O. P.

Posiedzenie z dnia 20 września 1923 roku.

Przewodniczący Dr. Kopczyński, sekretarz p. Szymońska, osób obecnych 63. Po odczytaniu protokółu z poprzedniego zebrania, który został przyjęty, przewodniczący podaje do wiadomości, że w Kuratorjach Okręgów Szkolnych: Warszawskim, Łódzkim, Lwowskim, Poznańskim, Pomorskim i Wołyńskim są czynne inspektoraty higjeny szkolnej i wychowania fizycznego z lekarzami wizytatorami higjenicznymi na czele i że w dniu 9/IX. r. b. odbył się w Warszawie zjazd wizytatorów higjenicznych i instruktorów ćwiczeń cielesnych, czynnych przy Kuratorjach. W celu zaznajomienia się Ministerstwa ze stanem wychowania fizycznego w szkołach i w celach propagandy zostanie przesłany do szkół szczegółowo opracowany kwestjonarjusz w tej sprawie. Następnie przewodniczący porusza sprawę sprawozdań lekarzy szkolnych, poddaje je krytyce, wykazuje na czem polega dobre i złe sprawozdanie, ilustrując to przykładami. Dr. Gawłowski stawia wniosek wydrukowania wzorowego sprawozdania.

Przewodniczący zaznacza, że można je przeczytać w Wydziale Higjeny Szkolnej.

Dalej Przewodniczący porusza sprawę szkarlatyny, której notowano już kilka przypadków w szkołach, poleca specjalne czuwanie nad tem, by epidemja się nie rozszerzała. Dr. Narkiewicz stawia wniosek, aby Ministerstwo wydało polecenie do dyrekcyj szkół, zakazując uczenicom całowania się między sobą.

Przewodniczący zaznacza, że gry i zabawy ruchowe popołudniowe nie we wszystkich szkołach są stosowane. Podaje do wiadomości, że wkrótce wyjdzie okólnik, nakazujący płacenie 2 złp. semestralnie przez uczniów na fundusz gier i zabaw. Przy każdej szkole państwowej ma powstać komitet wychowania fizycznego, do którego winien wejść lekarz szkolny, nauczyciel ćwiczeń cielesnych, wychowawca, interesujący się sprawami wychowania fizycznego i dyrektor jako przewodniczący. Wyżej wymieniony komitet będzie dysponował zebranym funduszem. Lekarze szkolni winni czuwać, aby fundusz ten był najbardziej celowo użyty.

Przewodniczący poleca gorąco sprawę wygłaszania pogadanek i korzystania z przezroczy.

W związku z poruszanemi tematami zabierali głos: Dr. Grzywo-Dąbrowska w sprawie złych warunków gier popołudniowych w gimn. państw. im. Zmichowskiej. Dr. Kurtz w sprawie kąpieli dla młodzieży szkolnej i małej liczby przezroczy do pogadanek. Dr. Roszkowski podaje do wiadomości, że w sprawie ulg kąpielowych dla uczniów należy zwracać się do inżyniera Wielichowskiego, telef. 82-35. Dr. Wieliczko informuje, że kąpiele na Lesznie 86 od 2—7 są otwarte dla młodzieży szkół średnich. Dr. Łapińska i Korsakówna poruszają sprawę ślizgawek. Dr. Narkiewicz porusza sprawę terenów boiskowych.

Dr. Leśkiewiczowa odczytuje sprawozdanie z kolonji leczniczej w Rabce dla uczenic, zorganizowanej przez Dyrekcję i Koło rodzicielskie gimn. państw. im. Konopnickiej w Warszawie. Po sprawozdaniu następuje szereg zapytań o szczegóły, tyczące kolonji i dyskusja w sprawie metod leczenia stosowanych w kolonji. W dyskusji zabierają głos Dr. Roszkowski, w sprawie naświetlań kwarcowych i słonecznych, zwraca uwagę na pożytek półkolonij, które muszą być urządzane w miastach. Dr. Bełkowski, w sprawie izolacji gorączkujących i solanek. Dr. Narkiewicz, w sprawie trudności w rozpoznawaniu gruźlicy.

Dr. Cieszyński wygłasza referat p. t. „Kształcenie higjeniczne rodziców". Po przedstawieniu w krótkości, jakie organizacje i pisma posiada w tym względzie zagranica, omówił prelegent, co u nas w tym kierunku dotychczas robiono, ograniczając się do wyliczenia danych organizacyj i przytoczenia perjodycznych pism z tego zakresu, a pomijając zupełnie całą literaturę higjeniczno-wychowawczą w postaci książek, broszur i pism ulotnych. Stwierdziwszy, że literatura ta nie trafia w dostatecznej ilości do rąk rodziców, podkreślił konieczność rozszerzenia i ujednolicenia pogadanek dla rodziców w Stacjach opieki nad niemowlętami, w żłóbkach, poszkołach, wzgl. przedszkołach i wszystkich szkołach. W końcu polecał poparcie organizującego się Zjednoczenia zrzeszeń rodzicielskich z organem „Rodzina" i stworzenie Kursów higjeniczno-wychowawczych dla panien i młodych mężatek. W dyskusji nad referatem Dr. Kopczyński, dr. Roszkowski i dr. Zawadzki wyliczają cały szereg organizacyj w Polsce, które zajmują się powyższą sprawą, a nie zostały uwzględnione w referacie. Przewodniczący zaznacza, że temat poruszony jest ważny, i o tem winni pamiętać lekarze szkolni urządzający konferencje higjeniczne z rodzicami.

Posiedzenie zamknięto o 10-tej godzinie wieczorem.

Posiedzenie z dnia 22 listopada 1923. Przewodniczący Dr. Kopczyński. sekretarz p. Szymoński, osób obecnych 40.

Odczytano protokół z poprzedniego zebrania, który został przyjęty. Przewodniczący porusza sprawy bieżące.

Podaje do wiadomości, że ze względu oszczędnościowych nie będą rozsyłane zaproszenia na posiedzenia miesięczne lekarzy szkolnych, które odbywać się będą stale w pierwszy czwartek po 15-ym każdego miesiąca.

W sprawie podejrzanej anginy zaleca badanie moczu, zaznacza, że w przyszłych kartach zdrowia będzie umieszczona jeszcze jedna rubryka „białkomocz".

Podaje do wiadomości, że nagrodę z konkursu im. Piramowicza przyznano Redakcji pisma „Wychowanie fizyczne".

Przewodniczący zdaje sprawę z wizytacji, z konferencyj odbytych w kuratorjach z lekarzami szkolnymi i dyrekcjami szkół w Okręgach szkolnych Białostockim i Krakowskim.

Dr. Surawska porusza sprawę dezynfekcyj jakie powinny obowiązywać w internatach. Dr. Gawłowski wyjaśnia, że dezynfekcja formalinowa przy rewizji metod dezynfekcyjnych została uznana za powierzchowną i uważa, że staranna dezynfekcja mechaniczna przez czyszczenie jest lepsza. Dr. Surawska stwierdza rozbieżność zdań w tej sprawie. Dr. Gawłowski zaznacza, że przeważnie książki są źródłem zarazy, ale dezynfekcja ich przedstawia wielkie trudności.

Dr. Korsakówna porusza sprawę pogłosek o redukcji lekarzy szkolnych. Przewodniczący wyjaśnia, że istotnie początkowo przy zamierzonych oszczędnościach zaproponowanych przez Ministerstwo Skarbu pozycja lekarzy szkolnych była mocno zachwiana. Pozostawiono ją jednak ze względu na owocność pracy wielu lekarzy szkolnych. Praca ich stała się najlepszą propagandą idei potrzeby utrzymania placówki lekarza szkolnego w szkole.

Dr. Grzywo-Dąbrowska w krótkich słowach zdaje sprawę z wizytacji Wystawy higjenicznej w Strassburgu, opisuje eksponaty poszczególnych państw i całość działu higjeny szkolnej. Prelegentka dochodzi do wniosku, że jakkolwiek eksponaty z tej dziedziny z Polski nie dorównywały przysłanym z Czech i Włoch, które wystawiły rzeczy bardzo efektowne, jednak zapoznawszy się z całokształtem sprawy higjeny szkolnej gdzieindziej można stwierdzić, że u nas higjena szkolna jest postawiona bardzo poważnie i pod wielu względami nie ustępuje innym państwom.

Dr. Antonina Wojnarowska omówiła w odczycie zatytułowanym: „Klinika i terapja gruczołów śródpiersiowych u dzieci w wieku szkolnym" — leczenie schorzenia, które powinno się stać pierwszem zadaniem ftizjologa, a w którem lekarz szkolny doniosły udział brać musi. Odczyt podzielony na dwie części — traktował w pierwszej stronę kliniczną przechodząc po kolei punkta, składające budowę diagnozy — a więc 1) skonstatowanie podwyższonej temperatury, 2) anamnezę, 3) badanie kliniczne w którem w ostatnich czasach zyskał prawa obywatelstwa objaw d'Espin'a, 4) dowód biologiczny i 5) prześwietlanie. W części drugiej omawiane było lecznictwo. Tu prelegentka główny nacisk kładła na czynnik należący do najważniejszych w tem schorzeniu t. j. na uregulowanie trybu życia dziecka z uwzględnieniem zasad higjeny przy cierpliwej konsekwencji tak leczącego jak leczonego. Choroba, której okres trwania rozciąga się na lata — w równie długim przeciągu czasu leczoną być musi, nie wykolejając jednak dziecka z normalnego trybu życia. Nauka przeplatana odpoczynkiem, unikanie gwałtownych ruchów, dostateczna ilość snu, odżywianie lecz nie przekarmianie i lekka hydropatja. W wypadkach, w których w ciągu 6-u miesięcy od uchwytnego zapoczątkowania sprawy odrą, kokluszem lub grypą, do uspokojenia się objawów nie przyszło,

stosuje prelegentka leczenie specyficzne metodą Panndorfa, z tem zastrzeżeniem, że każda metoda specyficzna do celu prowadzi, byle była stosowana umiejętnie i cierpliwie. Z środków farmaceutycznych najwięcej zadowalające rezultaty dają połączenie jodu z żelazem i wapno. Kończy prelegentka wezwaniem i prośbą, aby lekarze szkolni, zwracając uwagę na schorzenie gruźlicze gruczołów śródpiersiowych u dzieci i pouczając rodziców o konieczności leczenia tego schorzenia, stali się pionierami nowej tezy w nauce ftizjologji, która każe leczyć okres pierwszy choroby, nie dając jej się rozrość w trzeci, tak trudny do opanowania. Wobec spóźnionej pory dyskusję nad referatem odłożono do następnego posiedzenia.

Posiedzenie zamknięto o godz. 10 wieczorem.

Sekcja wychowania fizycznego krakowskiego Koła T. N. S. W.

Sekcja powstała z inicjatywy naucz. gimn. p. Feliksa Fidzińskiego we wrześniu 1921. Pierwszy zarząd Sekcji pracował przedewszystkiem nad jej organizowaniem. (Przewodniczący p. F. Fidziński, sekretarka p. Zofja Szumska-Petelenzowa). W r. szk. 1922—23 przewodniczącym był ponownie p. F. Fidziński, zastępczynią p. J. Mayówna, sekretarką p. J. Wojciechowska, skarbniczką p. J. Bilińska. Sekcja postawiła sobie za zadanie pracować dla dobra wych. fiz, przedewszystkiem w Krakowie, nawiązując jednak kontakt z innemi środowiskami. Wysłała do M. W. R. i O. P. memorjał w sprawie zaliczenia nauki ćwiczeń cielesnych do II grupy przedmiotów szkolnych, który w streszczeniu przedstawia się następująco:

Gimnastyka razem z kaligrafją, pracą ręczną i muzyką została zaliczona do I grupy przedmiotów z wymiarem 24 godz. tygodniowo, podczas gdy grupa II ma ich 20, a grupa III — 18. Jeżeli decydował tu wzgląd na mniejszą ważność gimnastyki w porównaniu z innemi przedmiotami, to trzeba przypomnieć deklarację M. W. R. i O. P., która stwierdza że „wychowanie fizyczne jest równorzędne z umysłowem i, moralnem", utworzenie katedry wychowania fizycznego w Uniwersytecie Poznańskim, zaprowadzenie państwowych kursów wychowania fizycznego, stworzenie Rady wychowania fizycznego, itd. z czego wynika, że Ministerstwo zdaje sobie dobrze sprawę z doniosłości tego przedmiotu i jako „mniej ważny" go bynajmniej nie traktuje. Trzeba przytem dokładnie uświadomić sobie fakt, że lekcje ćwiczeń cielesnych należą do najbardziej męczących nauczyciela, i to zarówno umysłowo, jak i fizycznie, wymagają ustawicznie natężonej uwagi, znacznego wysiłku organu głosowego, wysokiego napięcia nerwowego. Wreszcie, powodem zaliczenia gimnastyki do I grupy nie mógł być także wzgląd na niższe kwalifikacje nauczyciela ćwiczeń cielesnych, bo przecież wychowanie fizyczne należy do grupy przedmiotów egzaminu dla nauczycieli szkół średnich i stanowi przedmiot nauczania uniwersyteckiego. Z tego wszystkiego wynika, że przepis ten można sobie wytłomaczyć jedynie przeoczeniem, gdyż jest on zabytkiem czasów, kiedy nie rozumiano jeszcze znaczenia wychowania fizycznego i nie obowiązywał system szwedzki w szkołach.

Sekcja wysłała również do kuratorjum Okr. Szk. Krak. memorjał w sprawie pory lekcyj gimnastyki (podajemy go w całości, patrz str. 134) wraz z następującemi uchwałami:

Świetne Kuratorjum raczy zarządzić:

1. Lekcje t. zw. „gimnastyki", t. j. ćwiczeń cielesnych, mają się odbywać li tylko w godzinach przedpołudniowych i to od lekcji drugiej do piątej włącznie.

2. Popołudnia zostawić młodzieży na spontaniczne oddawanie się zdrowotnym sportom, względnie przeprowadzać w nich nakazane przez Ministerstwo Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego popołudniowe gry i zabawy ruchowe.

3. Plany nauk dzienne i tygodniowe mają być układane przedewszystkiem i zasadniczo najpierw dla swojego zakładu, nie zaś dostosowywane przypadkowo do planów nauk zakładów prywatnych i mają równomiernie, o ile możności, obciążać wszystkich uczących, a nie zostawiać, jednemu nawet członkowi grona nauczycielskiego danej szkoły, jednego lub więcej dni wolnych zupełnie od nauki.

4. Zalecić, aby zwłaszcza wychowawcy klas przyglądali się tokowi lekcji ćwiczeń metodycznych, względnie w miarę ochoty brali w nich czynny nawet udział.

5. Polecić dyrekcjom szkół, aby w porozumieniu z wychowawcą fizycznym urządzały pogadanki dyskusyjne z gronem i Kołem rodzicielskiem na temat istoty celów i środków wychowania fizycznego, a ćwiczeń cielesnych w szczególności i wyjaśniły im ich mylne na te kwestje zapatrywania.

Następny memorjał do Kuratorjum O. S. Krakowskiego o stanie wychowanie fizycznego w seminarjach nauczycielskich spotkał się z przychylnem przyjęciem. Interwencja u Wydziału krak. Koła T. N. S. W. w sprawie zrównania płac kwalifikowanych wychowawców fizycznych z resztą nauczycielstwa, pozostała dotąd bezskuteczną. Na wezwanie Komisji Referentów opracowała sekcja dla Wydziału programowego M. W. R. i O. P. program 4-ro tygodniowego kursu wakacyjnego dokształcającego wychowawców fizycznych przez 3 lata, który został przyjęty. Kurs pierwszy odbył się w lipcu b. r. w Krakowie. W konferencji wychowawców fizycznych w Poznaniu sekcja wzięła czynny udział przez delegatkę. p. Mayównę, uchwaliwszy dla niej odpowiednie dyrektywy.

Zarząd sekcji zajął też stanowisko w sprawie hufców szkolnych, przyjąwszy jako swój memorjał referat p. Fidzińskiego (podajemy go w całości poniżej). Znaczna część członków sekcji brała czynny udział w przeprowadzeniu dorocznych igrzysk młodzieży szkół średnich. Członek sekcji, p. Zygmunt Wyrobek, został wizytatorem wychowania fizycznego okręgu krakowskiego od r. szk. 1923/24.

Do Świetnego Kuratorjum Okręgu Szkolnego Krakowskiego
w Krakowie.

Memorjał

Sekcji wychowania fizycznego krakowskiego Koła T. N. S. Sr. i W. w Krakowie w sprawie rozp. Ministerstwa Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego oraz Ministerstwa Spraw Wojskowych „Hufce szkolne" z dnia 5 stycznia 1923 r. (L. 43/23 H.) Dz. U. M. W. R. i O. P. Nr. 1. z 1923 r. poz. 2 i 3.

Sekcja wychowania fizycznego krak. Koła T. N. S. Sr. i W. w Krakowie ma za cel czuwać nad zdrowiem młodzieży w szerokiem tego słowa znaczeniu i dlatego uważa się za kompetentną rozpatrzeć, nie wchodząc wcale w meritum sprawy, rozporz. M. WR. i OP. oraz M. S. Wojsk. „Hufce

szkolne" li tylko z punktu widzenia przeciążenia młodzieży zbyt dużą ilością lekcyj szkolnych w tygodniu, czyli zwraca uwagę na następstwa takiego rozporządzenia, uprzedzając rzecz, gdyż spodziewa się w myśl brzmienia ustawy („tymczasowo"), że przysposobienie wojskowe młodzieży szkolnej będzie niebawem wprowadzone dla wszystkich jako obowiązkowe.

Wprowadzenie mianowicie — choć wprawdzie tymczasowo — do i tak za obszernych planów naukowych i do ich za dużego materjału jeszcze przysposobienia wojskowego obok niezbędnych jako odciążenie pracy umysłowej popołudniowych gier i zabaw ruchowych, uważa Sekcja za ową kroplę, która przelewa pełny dzban dotychczasowego przeciążenia młodzieży tem więcej, że ma ono zajmować jej 5 (pięć) godzin tygodniowo w porze popołudniowej na wykład teoretyczny z dziedziny wojskowości, oraz na przysposobienie wojskowe, a nadto kilka godzin na ćwiczenia polowe lub strzelanie, choćby nawet w dni wolne od zajęć szkolnych i każe jeszcze uczniom uzyskiwać „w zależności od indywidualnych chęci i zdolności sprawność zawodową . . . drogą tworzenia specjalnych kół technicznych, względnie przez praktykę" — czyli zabiera młodzieży obok powyższych 9-ciu (powiedzmy tylko) godzin z popołudni tygodnia jeszcze nieograniczony właściwie czas na świeże zajęcia w kołach technicznych, czemu młodzież nasza może pochopnie nawet poświęcać się.

Skoro zaś ma się tego uniknąć i zatrzymać i owe popołudniowe zabawy oraz gry ruchowe i przysposobienie wojskowe, mające na celu przygotowanie młodzieży szkolnej do służby wojskowej, oraz pomnożenie jej sił, musi — zdaniem Sekcji — nastąpić zmniejszenie dotychczasowej ilości lekcyj szkolnych, by te nowe dodatki do nich nie wzmagały przemęczenia, lecz przynosiły młodzieży określaną owemi rozporządzeniami i marzoną korzyść, tem więcej, że i one przecież wymagają skupienia i rozszerzają materjał.

Zresztą przemęczenia, jako skutku pracy umysłowej w szkole, potęgowanego ogólnem zdenerwowaniem, nieodpowiedniemi i w niedostatecznej często gęsto ilości środkami żywności, nieodpowiedniemi odzieżą i mieszkaniem, nie usuną ani owe popołudniowe zabawy i gry ruchowe ani przysposobienie wojskowe, lecz będą je potęgować przy dotychczasowych planach. Obciąć je tedy i skrócić, ewentualnie nie wprowadzać nowości, a dla pomnożenia sił fizycznych młodzieży wprowadzić obowiązkowe wychowanie fizyczne w każdej szkole i to w wymiarze pół (½) godziny codziennie, zamiast dotychczasowych 2 godz. tylko tygodniowo, wtedy bowiem uniknie się przemęczania, zostawi młodzieży czas wolny, a osiągnie ów dopiero wspomniany cel najlepiej i faktycznie „dopełni" programy wychowania fizycznego klas wyższych. Kumulacja zaś tego wszystkiego spowoduje, że szkoła będzie kraść niejako młodzieży czas, któryby przeznaczała na spontaniczne oddawanie się czy grom ruchowym, czy innym zajęciom, a więc nie zostawi jej czasu dla siebie samej, a nadto dla rodziców i rodziny. A jeszcze okaże się ona i niepedagogiczną bardzo, bo zniewalać będzie młodzież do nieuczenia się, ciągłego opuszczania lekcyj szkolnych, ewentualnego ustawicznego usprawiedliwiania się tem lub owem zajęciem popołudniowem.

Równocześnie musi Sekcja wychowania fizycznego wystąpić stanowczo przeciw temu, by z zasady kierownik przysposobienia wojskowego, najprawdopodobniej wszędzie ktoś z wojskowych, miał równe prawa w sprawach wychowania fizycznego i wojskowego z faktycznym kierownikiem wychowania fizycznego w tej samej szkole, innemi słowy, by osoba wojskowa nie bywała przypadkowo faktycznym, a zazwyczaj niekompetentnym — bo może i nie mającym fachowego wykształcenia w sprawach wychowania fizycznego — kierownikiem całokształtu tegoż tem więcej, że żaden z wojskowych, nawet ewentualnie najlepszy znawca i praktyk — nie jest peda-

gogiem i nie zna się tyle na sprawach wychowywania i kształcenia młodzieży, ile na sprawach wychowania fizycznego.

Jakże więc może taki człowiek wyrabiać wśród młodzieży szkolnej — pomijając fakt, że w ten sposób władza wojskowa miałaby wpływ na młodzież i szkołę — „takie cechy moralne, które są podstawą zarówno wychowania obywatelskiego, jak i szkoły żołnierskiej" bez znajomości duszy młodzieży i środków postępowania z nią.

Co innego wychowanie dorosłych, a co innego młodzieży.

Sekcja wychowania fizycznego staje na stanowisku, że wychowanie fizyczne i przysposobienie wojskowe winny być oddzielone od siebie chińskim murem.

Rozporządzenie omawiane budzi duże wątpliwości co do celu hufców szkolnych, gdyż nie mówi wyraźnie, czy chodzi tu o uzupełnienie wychowania fizycznego, jakby z Programu tymczasowego wnioskować należało, czy też o kształcenie oficerów względnie szeregowych rezerwy.

Z tych względów, oraz dla niektórych niedopowiedzeń w owem rozporządzeniu konieczne są jak najszybsze jego rozszerzenia, względnie uzupełnienia, a więc n. p. bliższe określenie co to za „dostateczna ilość" tworzy hufiec — jak brzmią: 1. rozporządzenie „odrębne", określające wymagany cenzus wiedzy i praktyki wojskowej na instruktora przysposobienia wojskowego w szkole — 2. Ustawa o prawach i obowiązkach oficerów i szeregowych W. P. oraz rozporządzenia wykonawcze do niej — 3. Instrukcja o stosunku władz wojskowych do organizacyj wojskowo-wychowawczych — 4. jakie to „odpowiednie kwalifikacje" ma posiadać instruktor wojskowy, obejmujący kierownictwo przysposobienia wojskowego w szkole i t. d.

Nadto jeszcze uważa Sekcja, że program ćwiczeń przygotowawczych do szkoły żołnierza dla grupy słabych jest dla młodzieży szkolnej mimo wszystko jeszcze za „silny" — dalej, że nie każdego ucznia stać, aby „posiadał potrzebne wyekwipowanie turystyczne" i nie każda szkoła może nabyć przedmioty, służące do ekwipunku oddziału, dla swego hufca.

Równocześnie zastrzega się Sekcja przeciw ewentualnemu wprowadzeniu przysposobienia wojskowego drogą ukrócenia i tak nie odpowiadających konieczności wymogów zdrowotnych młodzieży owych dotychczasowych aż 2 godzin tygodniowo t. zw. gimnastyki (ćwiczeń cielesnych).

Co się tyczy samego tymczasowego programu przysposobienia wojskowego w szkołach, to jest on nie tyle „tymczasowy", ile raczej dorywczy i fachowo nie opracowany. Programu bowiem wychowania fizycznego młodzieży szkolnej nie można pod żadnym absolutnie warunkiem „dopełniać" według programu wojskowego „dla grupy słabych", gdyż co innego jest organizm młodzieży szkolnej, właśnie dopiero rozwijający i przeobrażający się na męski.

Wspomnianej zaś dorywczości dowodzą najlepiej — że wyjątki tylko na razie wskażemy — takie rzeczy, jak „żonglowanie piłkami i ciężarami, zapasy, skoki w dół ze zwisu, bieg z ciężarem itd.". Jest to powrót do gimnastyki niemieckiej, dostatecznie już chyba potępionej.

Równocześnie pozwala sobie Sekcja zwrócić Świetnemu Kuratorjum uwagę na sprawę kursu wakacyjnego w obozie letnim dla kandydatów na kierowników przysposobienia wojskowego z pośród nauczycieli, że mianowicie nie wielu znajdzie się wśród nich chętnych, a n. p. w Krakowie nie zgłosi się ani jeden, aby poświęcić nieodzowny wakacyjny czas wypoczynku po całym roku szkolnym na pracę w obozie letnim, choćby za cenę prawa do zwolnienia od ćwiczeń rezerwy w czasie powołania na ćwiczenia dotyczącego rocznika, bo kurs „najnowszego wyszkolenia wojskowego" da się przejść we wszystkich garnizonach w ciągu roku szkolnego, gdyż o niejednolitości wyszkolenia w wojsku mowy być chyba nie może.

Co się tyczy zamierzeń Świetnego Kuratorjum w sprawie wynagradzania pracy kierownika przysposobienia wojskowego, a mianowicie liczenia jej tylko za 6 godzin tygodniowo I grupy przedmiotów (okóln. z 10. 3. 1923 r. L. 40, Pr. Dz. Urz. O. S. Nr. 3. R. II, str. 65, poz. 83) to obliczenie takie byłoby dla tychże kierowników krzywdzące, gdyż „Tymczasowy program" przeznacza „oprócz jednej (1) lekcji w tygodniu, przeznaczonej na wykład teoretyczny z dziedziny wojskowości, na przysposobienie wojskowe dwa razy w tygodniu po dwie (2) godz. w porze popołudniowej" — a więc już pięć (5) godz. tygodniowo, a nadto ma objąć ono „obok uzupełnienia ćwiczeń cielesnych" jeszcze „szkołę strzelca, ćwiczenia terenowe i techniczne" — rzeczy nawet kilko- a bynajmniej nie jedno- (jak to Świetnie Kuratorjum przeznacza) godzinne.

Sekcja wychowania fizycznego krakowskiego Koła T. N. S. Sr. i W. w Krakowie uchwaliła jednogłośnie:

1) domagać się gruntownej i fachowej rewizji rozporządzenia w sprawie przysposobienia wojskowego młodzieży szkolnej, a zwłaszcza jego „Tymczasowego programu" — oraz

2) domagać się owego ewentualnego przeszkolenia nauczycieli na kierowników przysposobienia wojskowego tylko w ciągu roku szkolnego — i prosi, przedkładając niniejszy Memorjał:

Świetne Kuratorjum Okręgu Szkolnego Krakowskiego raczy spowodować uwzględnienie niniejszych przedstawień w Ministerstwie Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego oraz u odnośnych czynników, względnie je częściowo w myśl naszych przedstawień we własnym zakresie załatwić, a Sekcję odpowiednio powiadomić.

W Krakowie, dnia 18 kwietnia 1923 r.

Za Zarząd:

Krak. Koło Tow. Naucz. S. Sr. i W. Sekcja wychowania fizycznego

J. Wojciechowska wr. Sekretarz.

Feliks Fidziński wr. (gimn. św. Anny) Przewodniczący.

I. Polski Kongres Higjeny Szkolnej i Wychowania Fizycznego, w Poznaniu, 25—27 czerwca 1924.

Komitet organizacyjny Kongresu postanowił, na posiedzeniu z dnia 21 grudnia b. r., ustalić nieodwołalnie jego datę na dni wymienione w nagłówku. Kierowano się przytem względem na kończący się rok szkolny, jak niemniej umową z organizatorami II. Polskiego Zjazdu Pedjatrów, który ma się odbyć w dniach bezpośrednio poprzedzających (23 — 25 czerwca) również w Poznaniu. W ten sposób lekarze, uczestniczący w jednym z tych Zjazdów, będą mogli z łatwością wziąć udział w drugim, ku wielkiej korzyści dla lepszego, niż dotąd, kontaktu medycyny dziecięcej z higjeną szkolną i wychowaniem fizycznem.

Ustalono następnie poniższe tematy referatów oficjalnych i upoważniono Prezydjum Kongresu do przeprowadzenia korespondencji z najlepszymi znawcami danych kwestyj celem pozyskania ich jako referentów. Trwanie referatu najwyżej 45 min.

1. Nadzór lekarski nad szkołami w Polsce. 2. Dożywianie dziatwy i młodzieży szkolnej. 3. Sprawa przeciążenia szkolnego. 4. Kształcenie wychowawców fizycznych. 5. Urządzenia dla ćwiczeń cielesnych (sale,

boiska, przystanie etc.). 6. Stosunek wzajemny gimnastyki, gier i sportów w szkołach a) męskich, b) żeńskich. 7. Współdziałanie szkoły i armji w wychowaniu fizycznem. 8. Wychowanie fizyczne w armji. 9. Wychowanie fizyczne pozaszkolne. Tematy 3 do 7 będą powierzone referentom i koreferentom, reprezentującym różne strony danej kwestji, lub różne punkty widzenia. Program kongresu ustali się ostatecznie na naradzie reprezentantów wszystkich większych środowisk polskich, w Warszawie, w ciągu stycznia 1924.

Poza referatami, podstawą obrad staną się odczyty na dowolne tematy z zakresu objętego celami Zjazdu. Trwanie odczytu określa się na najwyżej 20 min. Wreszcie zorganizuje się dla uczestników Kongresu pokazy ćwiczeń cielesnych dziatwy i młodzieży szkolnej płci obojej, młodzieży pozaszkolnej i wojska.

Nad organizacją naukowej strony Kongresu czuwa prof. Uniw. E. Piasecki, nad udziałem sfer szkolnych — wizytator higjeny Okr. Szk. dr. S. Szuman, nad udziałem wojskowości — pplk. W. Sikorski, który zarazem objął dział pokazów gimnastycznych i sportowych. Zgłoszenia odczytów i pokazów należy adresować: Poznań 3, Ogród Botaniczny, Kongres Wychowania Fizycznego.

Ustawy, rozporządzenia i przepisy.

Okólnik Ministerstwa W.R. i O. P. z dn. 3 grudnia 1923 r.,

w sprawie użytkowania funduszu na zabawy i gry ruchowe.

W uznaniu wielkiej doniosłości wychowania fizycznego młodzieży, Min. wydało w ciągu lat ostatnich szereg zarządzeń mających na celu jego organizowanie i popieranie. W dalszej trosce o tę stronę wychowania młodzieży, licząc się z ciężkiem finansowem położeniem państwa, Min. zarządziło podniesienie w państw. szkołach średnich i zawodowych opłat na specjalny fundusz zabaw i gier ruchowych do wysokości 400,000 mk. polsk. na semestr bieżący. Z opłat tych zbierze się w każdej szkole poważny fundusz, który należy celowo i umiejętnie zużytkować na popieranie wychowania fizycznego młodzieży.

W każdej szkole winna powstać komisja do spraw wychowania fizycznego, złożona z lekarza szkolnego (o ile szkoła go posiada), z nauczyciela ćwiczeń cielesnych, z jednego lub więcej nauczycieli, interesujących się wychowaniem fizycznem, oraz z dyrektora szkoły, jako przewodniczącego. Komisja może zaprosić do swego grona przedstawicieli: rodziców, samorządów oraz działaczy społecznych.

Zadaniem komisji winno być opracowanie na poszczególne pory roku planów, wprowadzanie w życie zarządzeń Min. co do wychowania fizycznego młodzieży, stawienie wniosków co do zużytkowania funduszu, staranie się o zdobycie innych funduszów na te cele i uzyskanie pomocy i współdziałania samorządów i instytucyj społecznych, opieka nad zabawami ruchowemi i sportami młodzieży szkolnej, oraz wszelka inicjatywa w tej dziedzinie.

Specjalnie Min. zwraca uwagę, że fundusz gier i zabaw winien być zużyty w miarę wysokości zebranych kwot, z uwzględnianiem warunków miejscowych i potrzeb na cele następujące:

1. na urządzenie boiska mniejszego przy szkole, lub większego podmiejskiego dla jednej lub kilku szkół;

2. na zakup przyrządów do zabaw i gier ruchowych (piłek, siatek, dysków, oszczepów, kul itp.);
3. na zorganizowanie nauki pływania;
4. na zakup łodzi i zorganizowanie sportu wioślarskiego w tych miejscowościach, gdzie jest możliwość uprawiania tego sportu;
5. na organizację sportów, jakie nastręczają lokalne warunki szkoły (łyżwiarstwo, narciarstwo, saneczkowanie itp.).

Tam, gdzie rozporządzalne tereny boiskowe zostały wykorzystane, gdzie wspomniane w powyższych punktach potrzeby zostały w sposób wystarczający zaspokojone, zezwala się na zużytkowanie części funduszów na zaopatrzenie sal gimnastycznych w przyrządy (drabinki szczeblaste, ławeczki, łaty, kozły, liny itp.). O każdym podobnym przypadku winna dyrekcja zawiadomić Min.

Zechcą Kuratorja podać do wiadomości podwładnych im dyrekcyj szkół treść powyższego okólnika, stale pobudzać je do troski o wychowanie fizyczne i czuwać nad pełnem wyzyskaniem funduszów na zabawy i gry ruchowe.

Notatki bibljograficzne.

Anatomja i fizjologja.

A. Beck i in. (dzieło zbiorowe). **Podręcznik fizjologji.** T. I. Lwów (Gubrynowicz i syn). 1924. Str. 394 wiel. 8-ki, ilustr.

J. Broman och J. G. Thulin. **Kortfattad anatomi och fysiologi etc.** Lund (Gleerup) 1923.

D. L. Mac-Auliffe. **La vie humaine** (2-e fasc.). **Déveleppement. Croissance.** Paris (A. Legrand) 1923.

Psychologja, pedagogika.

Dr. Jean Demoor et T. Jonckheere. **La science de l'Education** (2-e édition). Paris (Alcan).

Tobie Jonckheere. **La pédagogie experimentale au jardin d'enfants.** Bruxelles (M. Lamertin).

G. Vandervest. **Au seuil de l'école.** Les tendances nouvelles: instructions, éducation, adaptation. Bruxelles (Office de publicité, 36, rue Neuve) 1923.

Higjena, patologja.

E. H. Starling, R. Hutchinson, F. W. Mott, R. Pearl. **The action of alcohol in man.** London (H. K. Lewis & Co). 1923. (Książka, oświadczająca się za „umiarkowanem" używaniem alkoholu, silnie reklamowana w prasie codziennej całego świata przez kapitał alkoholowy).

Dr. L. Chauvois. **Les désanglés dn ventre.** Paris (Maloine) 1923.

Wychowanie fizyczne w ogólności, gimnastyka.

E. Kingscote. **Movement in organic disease.** London (H. K. Levis & Co). 1923.

G. Moberg. **Gymnastikens historia.** Stockholm (Norstedt o. Soner). 1923, str. 215 w 8-ce, 98 ilustr.

J. G. Thulin. **Lärobok i gymnastik.** Del II. Kortfattad anatomi och fysiologi (wraz z prof. J. Bromanem). Lund (C. W. K. Gleerup) 1923. —

Del III: 2. Dagövningar för ynglingar och vuxna män. Stockholm (P. A. Norstedt o. Söner) 1923. — Del III: 3. Dagövningar för kvinnor. Ibid. 1923. — Del III: 4. Dagövningar för barn. Ibid. 1921. — Del III: 5. Bildatlas. Ibid. 1921. Del III: 6. Smabarnsgymnastik. Ibid. 1921.

Gry, sporty.

K. V. Amundsen i i. **Idraetsboken.** I—III t. Kristiania Aschehoug) 1922—23.

A. Collan. **Lilla Idrottsboken.** Helsingsfors (Mercators Tryck.) 1923, str. 48 w 16-ce, ilustr.

A. Karlsson. Större friluftslekar. Stokholm (Björck och Börjesson) 1923.

E. Lilie o. G. Malmgren. **Skolidrottsboken.** Stockholm (Sv. Andelsförlag) 1923.

M. Posadzowa. **Pierwsze śpiewki dla dzieci.** Poznań (Bibl. wych. pozaszkolnego — księg. św. Wojciecha) 1923, str. 52.

M. Posadzowa. **Gry ruchowe dla małych dzieci.** Poznań (Księgarnia św. Wojciecha) 1923. Str. 59.

J. G. Thulin. Lekar... för anv. under gimnastiklektion. Stockholm (Norstedt och Söner) 1920.

Wojskowy Rocznik Sportowy na rok 1923. Warszawa (Wyd. Wojsk. Instytutu Naukowo-Wydawniczego) 1923. Str. 112, w 8-ce. illustr.

Harce.

Kalendarz harcerski, Rok 1924. Warszawa (Centralna Komisja Dostaw ZHP.) pod redakcją St. Sedlaczka i L. Grabowskiego. Str. 156 w 8-ce.

Henryk Glass. **Harcerstwo jako czynnik odrodzenia narodowego.** Warszawa, 1923. Str. 15, w 8-ce.

Nowe czasopisma.

Sportowiec, oficjalny organ Pozn. Zw. Okr. Piłki Nożnej. Rok I (1923). Redakcja: Poznań, ul. 27 Grudnia 7 III.

Iskry, tygodnik dla młodzieży. Rok I (1923). Redakcja: Warszawa. Warecka 14.

Artykuły oryginalne z zakresu higjeny szkolnej i wychowania fizycznego.

Lekarz wojskowy. Nr. 10. Wilhelm Stütz kpt.: Zadanie lekarza oddziału wojskowego w wychowaniu fizycznem żołnierzy.

Opieka nad dzieckiem. Nr. 5. Dr. J. Kramsztyk: O wpływie zimna i ciepła na dzieci. Ubranie. O zaziębieniu i hartowaniu dzieci. Prof. K. Jonscher: O Kołach młodzieży Czerwonego Krzyża.

Przegląd sokoli. Nr. 8. L. H.: Z rozmyślań o sokolstwie. Nr. 9. Dr. Sobieszczański: O gimnastyce i sporcie.

Siew. Nr. 41. W. Budzyński: Energja i wysiłek ludzki.

Sokół. Nr. 16. Cechy rasowe w sporcie. Nr. 22. Fazanowicz: Szkoła gimnast. Niels Bukha w Ollerup.

Sport. Nr. 69. W. Dugiel: Sport a sztuka. Dr. Tad. Cyprian: Wycieczki na Lodowy i Łomnicę. Nr. 71. Dr. M. Wolańczyk: O młodzież. Nr. 72. Adam Nechay: Po naszych klęskach. Nr. 73. K. Hemerling: O lepsze zaopiekowanie się palantem i wprowadzenie go w programy zaw. Nr. 75-6.

Prof Dr. Eug. Piasecki: W sprawie polskich gier sportowych (Palant, Nożna polska).

Sportowiec (Toruń). Nr. 25. E. Jurkiewicz: Słownictwo polskie w sporcie. Nr. 30. E. Jurkiewicz: Umiejętność pływania. Nr. 36. Juniorzy. Nr. 38. Ed. Jurkiewicz: Karność sportowa. Nr. 40. Ed. Szyc: Reforma rozgrywek o mistrzostwo Polski. R. Szczerbowski: Sporty zimowe.

Stadjon. Nr. 17. W. O.: Po okresie obozowym. Tad. Semadeni: Po jakich drogach ma iść nasz sport pływacki? Tad. Garczyński: Wyłączność akademicka. Nr. 19. Get. Er.: O pływaniu. Tad. Semadeni: Technika startu w pływaniu. Nr. 20. T. R. G.: Rozwój sportu. Martial van Schelle: Technika crawla sześciouderzeniowego. Nr. 21. A. Sz.: Udział pań w naszej lekkiej atletyce. Nr. 22. Po mistrzostwach wojsk polskich. Tad. Garczyński: O organizacji naszego sportu. W. Sikorski: Sport w Rosji współczesnej. Nr. 23. Formuła wartości rekordu. T. Reutenberg: Koniec sezonu. Nr. 24. Sport cywilny i sport wojskowy. T. Semadeni: Zasady techniki pływania sportowego. Nr. 25. Doświadczenia. Nr. 26. Granice oszczędzania. Nr. 27. Kultura fizyczna. T. Semadeni: Profesjonalizm. Nr. 28. Nie wszystko można odkładać. Nr. 29. Pionierom sportu polskiego. T. S.: O kierunek polityki zagranicznej naszego sportu. Nr. 30. Zagadnienia lotnicze. Nr. 31. Forma i treść. Nr. 32. „Powojenna" chęć życia. Nr. 33. Pałasz tępy i szpada z muszką. Mjr. Włodz. Missiuro: Spostrzeżenia lekarza w obozie letnim P. Wojsk.

Zdrowie. Nr. 7—9. Dr. M. Grzywo-Dąbrowska. Wystawa higjeniczna międzynarodowa im. Pasteura w Strasburgu.

Przegląd Sportowy. Nr. 3. E. Baszkoff: Technika i taktyka gry w hockey lodowy. Nr. 4. E. Baszkoff: Jazda szkolna sztuczna na lodzie. F. B.: Czy ciężka atletyka jest sportem? Nr. 5. Jaz: W sprawie parku sportowego w Zakopanem. Nr. 6. Tad. Semadeni: Pięciobój lekkoatletyczny. Nr. 9. E. Baszkoff: Jak armja nasza pracuje dla sportu. Nr. 14. E. Baszkoff: Lekka atletyka w tablicach. Nr. 15. E. Baszkoff: Jak prowadzić należy pracę sportową w szkołach średnich? Nr. 19. E. Baszkoff: Jak armja pracuje dla sportu? Nr. 21. Maurice Baguet: Wskazówki dotyczące treningu lekkoatletycznego. Nr. 28. E. Baszkoff: Skoki pływackie. Nr. 32. W. Goetel: Pięćdziesiąt lat działalności i zadania Polsk. Tow. Tatrzańskiego. K. Sosnowski: Turystyka polska a Zachodnie Beskidy. Nr. 34. M. Baguet: Trening lekkoatletyczny. Nr. 37. E. Baszkoff: Wyłączność akademicka w sporcie. Nr. 45. S. F.: O stworzenie nowych środowisk narciarstwa. Nr. 47. S. F.: O stylu w skoku narciarskim. Nr. S. F.: Więźba długorzemienna. Nr. 49. S. F.: Poradnik dla początkujących narciarzy.

Gazeta Sportowa (Łódź). Nr. 2. W. Grabowski: Nasze cele. Nr. 4. H. L.: Rola wychowawcza sportu. Nr. 5. Dr. J. Krausz: Gdzie błąd? Nr. 6. Dr. Krausz: Szermierka. Nr. 7. Rudszyc: Trening zimowy. Sport w policji. Nr. 8. K. L.: Kultura fizyczna kobiet.

Sportowiec (Poznań). Nr. 17. Dr. Owsiany: Alkohol a sprawność fizyczna.

Zmarli.

Śp. Rektor Heljodor Święcicki. Nieubłagana śmierć wyrwała z naszego grona najlepszego organizatora nietylko nauki polskiej, lecz wogóle polskiej pracy narodowej na kresach zachodnich. Nie tu miejsce na streszczenie, choćby krótkie, olbrzymich i niespożytych zasług wielkiego zaiste ducha, który odszedł na wieczystą służbę. Uczyniła to i uczyni prasa codzienna i specjalna całej Polski. Naszem zadaniem niech będzie obecnie, do tych wspomnień dodać to, co dotyczy stosunku Zmarłego do idei, której nasze pismo służy.

Jako lekarz o szerokich horyzontach, zdawał sobie już dawno ś. p. prof. Święcicki sprawę z obowiązku popierania pracy nad wychowaniem fizycznem prowadzonej przez społeczeństwo polskie pod zaborem pruskim w tak niesłychanie trudnych warunkach. Jego stosunek do naszej dziedziny nauki i organizacji, zajaśniał jednak najpiękniejszym blaskiem dopiero po zrzuceniu wrogiego jarzma. Wtedy poparł gorąco myśl utworzenia katedry higjeny szkolnej i wychowania fizycznego, wyłonioną w szczupłem gronie incjatorów Uniwersytetu Poznańskiego. Gdy myśl ta przyoblekła się w ciało, Zmarły w ciągu półpięta roku swego urzędowania jako rektor, popierał nową katedrę i Studjum dokoła niej zgrupowane prawdziwie po ojcowsku.

Nie zabrakło Go też i przy narodzinach naszego czasopisma, i to wśród najściślejszej grupy pierwszych założycieli: odezwa, głosząca o założeniu „Wychowania Fizycznego", nosi trzy podpisy, z ś. p. H. Święcickim na czele. I później, stale spieszył z radą i pomocą materjalną i moralną, dając przykład drugim. Koroną Jego troski o byt i powodzenie tak Studjum, jak związanego z niem czasopisma, stała się wielka fundacja, utworzona na podstawie ostatniej woli Zmarłego na rzecz nauki polskiej. Pierwotne brzmienie testamentu wymieniało wyraźnie nasze instytucje w rzędzie tych, które mają czerpać zasiłki z fundacji. I choć .późniejsza redakcja ujęła rzecz ogólnie, nie krępując kuratorjum szczegółowemi zastrzeżeniami, fakt wyraźnej w tej mierze woli wielkodusznego ofiarodawcy pozostanie niemniej wzruszającym i napewno będzie uszanowany.

Cześć pamięci wielkiego patrjoty i obywatela!

Kronika.

— **Zaszczytne odznaczenie „Wychowania Fizycznego".** Komitet dorocznego konkursu im. Grzegorza Piramowicza, wyłoniony przez Towarzystwo lekarskie w Warszawie dla nagrodzenia najlepszej pracy z jakiegokolwiek działu higjeny szkolnej, wydanej lub nadesłanej Towarzystwu w roku bieżącym, jednomyślnie przyznał nagrodę naszemu czasopismu. Sąd konkursowy stanowili: wiceprezes Towarzystwa lekarskiego dr. Wł. Starkiewicz, dr. Wł. Św. Zawadzki, inicjator konkursu dr. St. Kopczyński, delegat od Zarządu Stowarzyszenia nauczycieli szkół średnich i wyższych dyrektor P. Sosnowski i delegatka od Zarządu Związku nauczycielstwa szkół powszechnych p. A. Dargielowa.

Nagrodę, która w tym roku dzięki ofiarności Zarządu „Polskiej Składnicy Pomocy Szkolnych" wynosiła 25,500.000 mk., zużyto zaraz na spłatę zaległości w drukarni i na zakup części papieru dla n-ru niniejszego.

— **Goście łotewscy w Polsce.** W listopadzie bawili w Warszawie przedstawiciele Ministerstwa Oświecenia i Ministerstwa Spraw Wojskowych z Łotwy w celu zbadania stanu wychowania fizycznego w szkołach w Polsce. Delegaci łotewscy w towarzystwie przedstawicieli naszych Ministerstw Oświaty i Spraw Wojsk. zwiedzili szkoły średnie, byli obecni na państwowych kursach wychowania fizycznego, oraz w szkole podchorążych; żywo interesowali się sprawą wyszkolenia wojskowego młodzieży szkolnej, sprawą hufców szkolnych, obozów letnich młodzieży szkolnej, życia sportowego i t. p.

Z Warszawy robili wycieczki do szkoły Kadetów w Modlinie i do Poznania, gdzie zwiedzili między innemi Studjum Wychowania Fizycznego i Centr. Szkołę Wojskową Gimnastyki i Sportów.

Goście z Łotwy, zwłaszcza kierownik działu wychowania fizycznego w łotewskiem Ministerstwie Oświecenia, p. Voldamars Cokuls, wyrazili się z wielkiem uznaniem o organizacji opieki higjeniczno-lekarskiej nad naszemi szkołami i postawieniu u nas sprawy wychowania fizycznego młodzieży szkolnej.

— **50-lecie „Tidskrift i Gymnastik".** Z początkiem roku 1924 upłynie pięćdziesiąt lat od chwili, gdy profesorowie Centralnego Instytutu Gimnastycznego w Sztokholmie, T. J. H a r t e l i u s i Hjalmar L i n g, oraz porucznicy L. M. T ö r n g r e n i V. G. B a l c k zaczęli wydawanie jednego z najlepszych po dziś dzień czasopism, poświęconych wychowaniu fizycznemu. Bratniemu organowi, któremu i polska wiedza i praktyka w naszej dziedzinie wiele zawdzięcza od lat trzydziestu z górą, przesyłamy serdeczne życzenia *ad multos annos!*

— **Statystyka higjeny szkolnej w Polsce** przedstawia się jak następuje, w świetle danych oficjalnych, jakie napłynęły do Wydziału Higjeny szkolnej Ministerstwa W. R. i O. P. za rok szkolny 1922/23:

a) Higjena budynków szkolnych w państwie. Od lutego 1922 r. wpłynęło około 300 wzorowych pod względem higjeny projektów budynków szkolnych. Około 80-ciu szkół powszechnych znajduje się w budowie. Buduje się kilka seminarjów nauczycielskich i gimnazjów.

b) Lekarze-higjeniści szkolni. W roku szkolnym 1922/23 61% szkół średnich i 57% seminarjów państwowych Rzeczypospolitej Polskiej miało lekarzy szkolnych.

Szkoły powszechne, utrzymywane dotychczas przez gminy, mają opiekę lekarsko-higjeniczną dotychczas niedostateczną. Jest ona polecona lekarzowi powiatowemu, który jednak z braku czasu nie jest w stanie zadaniu temu w wystarczający sposób sprostać. Na przyszłość, skoro na to pozwolą fundusze państwa, roztoczy się oczywiście opiekę lekarską nad wszystkiemi szkołami. Zakres i system w szkołach powszechnych nie jest jeszcze ustalony. Dotychczas tylko wielkie miasta w Polsce mają taką opiekę lekarską, przyczem każde miasto odrębnie określiło zakres pracy lekarzy szkolnych. W roku szkolnym 1921/22 było w szkołach powszechnych Warszawy 30 lekarzy szkolnych, w Poznaniu 19, w Łodzi 22, we Lwowie 2, w Krakowie 8, w Wilnie 11, w Białymstoku 4, w Płocku 2, we Włocławku 2.

c) Lekarze-dentyści: W roku 1922/3 27% szkół średnich i 26% seminarjów w państwie miało opiekę dentystyczną.

W roku 1922/3 pracowali na samym terenie byłej Kongresówki w 55 (67%) seminarjach lekarze dentyści szkolni w gabinetach dentystycznych szkolnych, zbadali uzębienie 15 617 uczniów, założyli 12 816 plomb, usunęli 2 763 pni, wyleczyli 2 333 przypadków zapalenia miazgi.

— **Pierwsze zebranie lekarzy szkolnych** w Poznaniu odbyło się 26. IX. b. r. w Kuratorjum Okręgu szkolnego. Obecni byli lekarze szkolni m. Poznania i jako gość p. wicekurator S t e i n. Zebranie zagaił referent higjeny szkolnej i wychowania fizycznego przy Kuratorjum Okręgu Szkolnego, p. dr. S z u m a n, który w przemówieniu swem umotywował potrzebę stałych zebrań lekarzy szkolnych, omówił zakres pracy i program przyszłych zebrań. Następnie p. dr. G ą d z i k i e w i c z wygłosił odczyt o higjenie książki szkolnej (patrz nr. poprzedni naszego pisma), po którym wywiązała się żywa dyskusja. Postanowiono schodzić się co 6 tygodni.

— **Zarząd Komisji Pedagogicznej** przy Ministerstwie W. R. i O. P. w Warszawie wobec krytycznego stanu finansów postanowił w tym roku ograniczyć ilość wydawnictw Komisji i wstrzymać się z wysyłaniem nowych stypendystów zagranicę. Uchwalono zwrócić się do walnego zebrania członków Komisji z projektem zmiany nazwy Komisji na „Instytut badań pedagogicznych" w myśl wniosku Komitetu ściślejszego obchodu rocznicy Komisji Edukacyjnej. Jako nowych członków Komisji proponuje Zarząd prof. Błachowskiego, dr. Franciszkę Baumgarten i dr. Korczaka.

— **„Stella"**, towarzystwo kolonij wakacyjnych i stacyj sanitarnych w Poznaniu, w lecie r. b. wysłała na kolonje letnie (4—8 tyg.) 210 chłopców i 250 dziewcząt. Z półkolonij korzystało 314 chłopców i 414 dziewcząt.

Część dzieci przyjęło bezpłatnie ziemiaństwo po wsiach, częściowo koszty utrzymania płaciło miasto Poznań, lub dzieci same, część korzystała z kolonji w Kobylnicy, będącej własnością Towarzystwa. Z licznych dóbr państwowych tylko 3 przyjęły dzieci poznańskie, subwencja rządowa wynosiła 5 milj. mk. pol. Pomimo starań nie przyznano Towarzystwu osady kolonizacyjnej, co umożliwiłoby utrzymanie dzieci na Stacji sanit. w przeciągu całego roku.

Podkreślić należy, że członkowie Zarządu i Wydziału opiekuńczego Stacji sanitarnej Stelli pracują bezinteresownie, grono lekarzy przed wysyłką dzieci na kolonje zbadało je również bezinteresownie. Miasto oddało bezpłatnie lokal na biuro Stelli.

— **Przesada sportowa.** Dowodem niepożądanych rezultatów, do jakich może doprowadzić przesada w sporcie, jest zakaz urządzania międzynarodowych meczów sportowych, wydany przez sejm federalny brazylijski. Zakaz ten jest umotywowany tem, że publiczność sportowa brazylijska zaczęła oceniać wartość różnych narodów na podstawie ich kwalifikacyj sportowych. Złe wyniki nadmiernych ćwiczeń sportowych zauważono i w Stanach Zjednoczonych; prezydent uniwersytetu w Washingtonie oświadczył w swej mowie inauguracyjnej, że wielu studentów amerykańskich, z powodu nadmiaru sportu w szkołach, uważa sport za coś lepszego od wiedzy umysłowej.

— **Dr. Karol Mitkiewicz** został mianowany wizytatorem szkół w zakresie higjeny szkolnej i wychowania fizycznego kuratorjum warszawskiego.

— **„Sport".** Wydawnictwo „Sportu", jedynego pisma sportowego na Kresach, objął całkowicie dotychczasowy redaktor, niestrudzony pracownik na niwie sportowej, prof. Rudolf Wacek.

— **Życie sportowe na wsi.** W powiecie Radyńskim praca na polu sportowem przeniosła się już od dawna na wieś. Na zdrenowanem pastwisku, ofiarowanem przez ks. Czetwertyńską, wieś Milanów rozpocznie budowę stadjonu. Stadjon ma mieścić: boisko piłki nożnej i koszykowej, rzutnie do dysku, oszczepu i kuli, skocznie, a w koło bieżnia długości 520 mtr. Cały stadjon będzie obsadzony drzewami i otoczony żywopłotem. Aby stadjon utrzymać stale w dobrym stanie, wieś daje osobne boisko na treningi. Za tym przykładem idą inne wioski, brak instruktorów staje im jednakże na przeszkodzie.

Na wiosnę mają się odbyć w Milanowie wielkie igrzyska młodzieży wiejskiej całego powiatu.

Bardzo pokaźne miejsce zyskał sport we wsi Sobieszyn. Obok lekkiej atletyki kładzie się tu największy nacisk na pływanie. Piłka nożna jest stosowaną jako rozrywka jesienią i na wiosnę; masowo uprawia się gimnastykę w porze zimowej, a wiosną palant.

— **Polska Liga Przeciwalkoholowa** przyjmuje na członków jednostki, stowarzyszenia, towarzystwa akcyjne, banki, spółki i samorządy. Dotąd przystąpiło już kilkaset osób z różnych stron Polski, a w tem 51 osób prawnych, wśród których są 22 wydziały powiatowe. Liga pragnęłaby widzieć w swych szeregach osobistości świeckie i duchowne, osoby cywilne i wojskowe, urzędników i ludzi prywatnych z wszystkich dzielnic Polski. Jest to możliwem, ponieważ obowiązki członków są rzeczywiście małe. Członkowie mają przestrzegać w swem życiu wzorowego umiarkowania w duchu ustawy przeciwalkoholowej, mają popierać dążenia o utrzymanie i przeprowadzenie polskiej ustawy przeciwalkoholowej. Pozatem płacą obowiązkowo składkę raz na rok, a pożądanem jest, aby także abonowali organ Polskiej Ligi Przeciwalkoholowej, t. j. „Świt". — Wysokość składki rocznej unormowano następująco: dla jednostek najmniej 1 złoty, dla stowarzyszeń najmniej 2 złote, dla innych osób prawnych najmniej 5 złotych, podług

kursu dnia wpłaty. Fundusze zużywa się na wypełnienie zadań Polskiej Ligi Przeciwalkoholowej.

Sekretarjat Ligi na całą Polskę mieści się w Poznaniu, Dom Królowej Jadwigi, Al. Marcinkowskiego 1.

— **Wychowanie fizyczne w Czechach.** Podziwiać należy, jak szybko zrozumiano tutaj potrzebę ćwiczeń cielesnych. W uniwersytecie praskim senat zamianował dra F. Smotlachę lektorem wychowania fizycznego i wprowadził w program studjów wszystkich wydziałów 8 godzin ćwiczeń cielesnych tygodniowo. W roku ubiegłym uczęszczało 3000 studentów i studentek, z nich 2000 z politechniki i 1000 z uniwersytetu; pozatem osobno odbywały się ćwiczenia (w różnych punktach miasta, dla umożliwienia korzystania z ćwiczeń) dla 500 słuchaczy akademji sztuk piękn., konserwatorjum, wyższej szkoły pedagogicznej i i. Do prowadzenia tak licznego zespołu jest 400 sił pomocniczych instruktorskich i t. d.

Program na rok bieżący obejmuje 6—9 godzin ćwiczeń w pięciu oddziałach, zaznaczyć należy, że oddziały przy poszczególnych salach gimnastycznych liczą od 430 do 500 osób.

(Studentsky Věstnik, 27. — 28. 1923).

— **Lekarski kongres wychowania fizycznego** odbył się w końcu września br. w Bordeaux, ściągając wielu wybitnych pracowników na tem polu we Francji. Po podziale na sekcje, przewodniczenie sekcji wychowania fizycznego objął prof. Latarget. Postanowiono pozostawić kwestję metod na boku, a mówić jedynie o wpływie wychowawczym różnych rodzajów ćwiczeń.

W toku obrad przyjęto wnioski, zgłoszone przez Związek Towarzystw Gimnastycznych we Francji, jeden o wprowadzeniu natrysków we wszystkich szkołach publicznych i drugi w sprawie ścisłej współpracy lekarza z kierownikami ćwiczeń w Towarzystwach Wychowania Fizycznego; trzeci wniosek dotyczy t. zw. metody francuskiej.

(La Revue Méd. d'Educ. Phys. et de Sport).

— **Inspektoraty wychowania fizycznego w Szwecji.** Król szwedzki mianował na rok 1923 dwadzieścia osób inspektorami wychowania fizycznego w szkołach powszechnych różnych okręgów państwa. Wśród mianowanych widzimy jedną tylko osobę cywilną, reszta, to oficerowie w rangach od porucznika do podpułkownika, oczywiście dawni uczniowie Centralnego Instytutu w Sztokholmie. (Tidskrift i Gymnastik, 1923, zesz. 1).

— **Gimnastyka w szkołach belgijskich.** Według nowych planów nauczania (1923) w szkołach ludowych belgijskich, ćwiczenia gimnastyczne będą udzielane w pięciu lekcjach tygodniowo, każda po pół godziny. Zarazem Ministerstwo Oświecenia wyraźnie zaznacza, że nauczanie ma się odbywać według metody szwedzkiej. (Tidskrift i Gymnastik).

— **Centralna Wojskowa Szkoła Gimnastyki i Sportów** w Poznaniu prowadzi od listopada br. 3 kursy: normalny 4-o miesięczny dla oficerów, szermierczy roczny dla podoficerów, gimnastyczny 6-o miesięczny dla podoficerów.

Z kursu oficerskiego będzie zakwalifikowanych 20 kandydatów na kurs uzupełniający, który odbędzie się na wiosnę 1924 roku. Przejście z pomyślnym wynikiem obu kursów będzie równoznaczne z ukończeniem dotychczasowego rocznego.

Planowane przeniesienie Szkoły do Warszawy uległo zwłoce z powodu braku kredytów na adaptację budynku.

— **Rozwój Sokolstwa Dzielnicy Wielkopolskiej.** Pierwsze gniazdo powstało w 1884 r. w Inowrocławiu; w ciągu następnych lat 30 (do 1915 r.) powstało

gniazd 64, czyli na każdy rok przypadały przeciętnie po 2 gniazda. Okres zawieruchy wojennej pozostał dla Sokoła martwym i nie powstało ani jedno nowe gniazdo w Wielkopolsce. Od 1918 r. do połowy 1923 powstało gniazd dalszych 159 w ciągu 5½ lat, czyli na każdy rok przypadło nowych gniazd przeciętnie 29. Statystyka szczegółowa wykazuje 223 gniazd z 13628 członkami; w tem druhów 11346, druhen 2124. Liczba członków ćwiczących wynosi dhen: 964 i dhów 3031; wreszcie obejmuje też kadry młodzieży w liczbie 2989, w tem młodzieży m. 1876 a młodzieży ż. 763. Doliczywszy młodzież do starszych, mamy ogólną liczbę Dzielnicy: 16617.

Z liczb powyższych widać wyraźnie wybitny charakter męski Sokoła. Druhny stanowią zaledwie piątą część organizacji; przewaga druhów mniej przejawia się w Sokolniach, bo ćwiczy druhów ledwie czwarta część, wówczas gdy druhen ćwiczy mniej więcej połowa.

(Przegląd Sokoli, Nr. 1—6. 23).

— **Wystawa przeciwalkoholowa w szkołach poznańskich.** Kuratorjum Okręgu szkolnego Poznańskiego wypożyczywszy z Polskiej Ligi Przeciwalkoholowej odpowiednie eksponaty przystąpiło do urządzenia tygodniowych wystaw w każdej szkole; poszczególne klasy zwiedzają przez godzinę wystawę, przyczem lekarz szkolny, wychowawca fizyczny lub inny profesor, znający sprawę, uczniom wzgl. uczenicom udziela objaśnień. W sobotę wieczorem przed otwarciem wygłasza się wobec starszych uczniów, ich rodziców i profesorów wykład wstępny o znaczeniu i potrzebie walki z alkoholizmem.

— **Sokolstwo Polskie w Ameryce.** Związek Sokoli w Ameryce liczy obecnie w 14 okręgach 227 gniazd, z czego 147 męskich, 44 żeńskich i 36 mieszanych. W tem druhów 9373, druhen 1293, oprócz tego w gniazdach ćwiczy młodzież sokola w liczbie 1015 chłopców i 536 dziewcząt.

— **Hodowla koni, czy hodowla ludzi?** Naczelnik zarządu gmachów reprezentacyjnych w ministerjum robót publicz. p. Skórewicz w liście wystosowanym do komitetu Igrzysk olimpijskich zastrzega nadal dzierżawę parku Sobieskiego w Warszawie na rzecz Tow. Zachęty hodowli koni.

W ten sposób Zarząd gmachów reprezentacyjnych dąży do odebrania parku młodzieży i oddania go na hodowlę koni.

Komitet Igrzysk olimpijskich zwraca się z tego powodu do opinji publicznej, aby wyperswadowała ten zamiar zarządowi pałaców, który posiada olbrzymi plac wyścigowy i odpowiednie dochody z totalizatora.

Komitet poczynił wielomiljonowe inwestycje w parku, uprzystępniając go najszerszym sferom młodzieży, przewidując skutki pokrzywdzenia młodzieży oświadcza publicznie, że w sprawie tej zwrócił się z protestem do kancelarji cywilnej Prezydenta Rzplitej, ministerjum robót publicznych, min. oświaty i min. zdrowia. Komitet w poczuciu swej odpowiedzialności pragnie, by opinja publiczna była poinformowaną, że zrobił wszystko to, co było jego obowiązkiem. (Gaz. Warsz.)

— **Przyczyna „dusznego powietrza“.** Kestner (Klin. Wochenschrift), podaje, że w dniach o „dusznem powietrzu“ obniża się ciśnienie krwi wskutek działania tlenku azotu. Tlenek azotu wytwarza się w górnych warstwach powietrza z powodu silnego promieniowania słonecznego i z wiatrem, spadającym z gór (halny, sirocco) przenosi się w warstwy niższe. Ponieważ tlenek azotu nie daje charakterystycznych odczynów, otrzymywał go autor przez wymrażanie z wielkich ilości powietrza.

(Według referatu w „Polskiej Gazecie Lekarskiej“).

Odbito w Drukarni Uniwersytetu Poznańskiego pod zarządem Józefa Winiewicza.

Fiszer i Majewski

Księgarnia Uniwersytecka, T. z o. p. w Poznaniu.

BERNHEIM H., Automatyzm i Sugestja	4,—
CANNAN, EDWIN, prof., Bogactwo wraz z dodatkiem o pieniądzu — przekład z angielskiego p. J. Puzynianki pod redakcją prof. E. Taylora	6,—
CIESZKOWSKI, A., Ojcze-Nasz, wydanie nowe, zupełne, Tom I—III	25,—
„ O ochronach wiejskich, Wydanie IV	—,80
CIŚWICKI, T., O Naczelniku Państwa i Prezydencie Rzeczypospolitej polskiej	2,—
DALSKI, ZB., Wpływ losów waluty polskiej na życie gospodarcze Zachodniej Polski	3,—
ELSNER (Napolski), Podręcznik stenografji według systemu Stolze-Schrey, Wyd. IV	—,60
ENCYKLOPEDJA PRAWA OBOWIĄZUJĄCEGO W POLSCE, praca zbiorowa przy współudziale profesorów uniwersytetów polskich pod redakcją prof. Dr. A. Peretiatkowicza I i II po	6,—
GEORGE, H., Nauka ekonomji politycznej	10,—
GIDE, K., Prof., Zasady ekonomji politycznej, wyd. VI (z XXIII wyd. franc. przetłumaczone i opracowane przez prof. Dr. E. Taylora)	12,—
GODULA, Historja handlu i przemysłu Górnego Śląska	2,—
JAKUBSKI, A., Dr. Z tajników życia, stosunki i zależność organizmu od otoczenia	4,—
JANET, P. Historja doktryn politycznych wraz z historją filozofji prawa I/II	12,—
KASPROWICZ, B., Przemysł spirytusowy w b. dzielnicy pruskiej	3,—
KOŁACZKOWSKI, St., Dr. Stanisław Wyspiański	6,—
KONSTYTUCJA RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ I WAŻNIEJSZE USTAWY POLITYCZNE, wydał prof. Dr. A. Peretiatkowicz	4,—
KOSTRZEWSKI, J., Dr. Wielkopolska w czasach przedhistorycznych	12,—
KRZYŻANOWSKI, A., Prof. Dr. Nauka skarbowości	10,—
LEHR-SPŁAWIŃSKI, T., Prof. Zarys gramatyki języka staro-cerkiewno-słowiańskiego	3,—
LUTOSŁAWSKI, W. Bolszewizm i Polska	—,50
MAJEWSKI, E., Prof. Dr. Kapitał, rozbiór podstawowych pojęć gospodarczych	2.50
MICKIEWICZ, A. O życiu duchowem, z pism, przemówień i listów, zebrał Prof. Dr. St. Pigoń	1,50
NAMYSŁOWSKI, B., Prof. Dr. Repetitorjum z anatomji roślin	—,60
OHANOWICZ, A., Prof. Dr. Zarys prawa cywilnego byłej dzielnicy pruskiej	
część I. Nauki ogólne	2,—
część II. Zobowiązania	3,—
PERETIATKOWICZ, A., Prof. Dr. Państwo współczesne, Wydanie IV.	1,20
„ Filozofja społeczna Jana Jakuba Rousseau'a, Wydanie II.	5,—
„ Zarys encyklopedji prawa, jako wstęp do nauk prawnych	—,60
„ Prąd nowy w prawoznawstwie (Ustawa a sędzia)	—,75
RUTKOWSKI, J. Zarys gospodarczych dziejów Polski	5,—
SCHRAMM, J. Podręcznik analizy chemicznej jakościowej	8,—
STELMACHOWSKI, Br. Zarys procedury cywilnej	4,—
SUŁKOWSKI, J. Szczegóły historyczne tyczące się wojny polsko-rosyjskiej na Litwie 1792 roku	2,60
ZNAMIEROWSKI CZ. Podstawowe pojęcia teorji prawa I.	4,—
WINIARSKI B. Ustrój polityczny ziem polskich w XIX w.	8,—

pour élever de bons soldats, il faut créer en eux encore une autre forme de courage. Le soldat doit être vaillant et héroique et pour atteindre ce but il ne suffit pas de l'avoir fait simplement courageux. Il faut que l'on ait éduqué son caractère en le faisant capable du sacrifice et du vrai héroisme.

Ofiary na fundusz wydawniczy. Dr. R. O. Ostrowski (Hammond, Indiana, St. Zjednoczone) 25 dolarów, Towarzystwo Akcyjne „Akwawit" (Poznań) 50 milj., Dr. K. Wyrzykowski (Lwów) 50 zł. pol. Wydawnictwo składa niniejszem serdeczne podziękowanie.

Składka założycielska. W bieżącym roku wpłynęły dalsze składki założycielskie: dr. St. Kopczyński (Warszawa), Koło Tow. Nauczyciel. Szkół Średn. i Wyż. (Ostrowiec).

Sekretarjat Redakcji w Poznaniu i Administracja: Studjum wychowania fizycznego, Poznań 3, Ogród Botaniczny.

Skład główny: Książnica Pol. Tow. Naucz. Szkół wyż., Warszawa, Nowy Świat 59; dla Poznania: Księgarnia Uniwersytecka Fiszera i Majewskiego (ul. Gwarna 5).

Konto Pocztowej Kasy Oszczędności Nr. 200 822.

Warunki przedpłaty: rocznie 3 złp. **Składka założycielska** 10 złp. Ogłoszenia: według umowy.